

بنت النيل

لهم



ابريل ١٩٥٤
١٠ قرش

مدرسة
اليزابيث أردن
مصر



دروس تجميل

كل يوم أربعاء في نادى

اتحاد بنت النيل

٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة

★

درس واحد مشوق يستغرق ثلاث ساعات
لارشادك عن عمل الماكياج والعناية
ببشرتك بطريقة اليزابيث أردن
ذات الشهرة العالمية

★

الاستعلام والحجز بالمحل تليفون ٧٧٠٧٢

أو

باتحاد بنت النيل ت ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

Egyptian Ardern

إضرابنا... الخطوة الأولى

لم يكن إضرابي عن الطعام مظهرة نسوية خاصة بحقوق المرأة وحدها ، وإذا كان بعض الاميين والسخفاء قد حاولوا أن ينالوه بسخریات سمجة أو حملات ماجة ، فقد استقبلته الصحافة العالمية كلها بما كان ينطوى عليه من معان أضخم وأعمق ، حتى من حقوق المرأة نفسها ...

لقد وجدت فيه الصحافة العالمية حدثا تاريخيا ينبىء عن قوة التيار الديمقراطي ، وتواصل الوعي الشعبى الجديد فى مصر ... هذا الوعي الذى لم يعد يحتمل أن يصبر على الحكم بلا برلمان ، ولا دستور ، ولا حرية !

وقد أصبح العالم بأسره يعرف الحقيقة التى لا يجرؤ على مناقشتها أحد ، وهى أن الديمقراطية وحدة لا تتجزأ ، وأن الديمقراطية الناقصة ، هى عبث وتشويه وزيف لا تقبله الشعوب الحرة ، ولا ترضيه ...

ومن هنا فقد دوى صوت المرأة المصرية ، كما لم يدو فى أى وقت مضى بمجرد أن قررنا الاضراب عن الطعام ، اذ جاء فى وقته المناسب ، تعبيرا عن ارادة الشعب كله ، رجالا ونساء ، فى اقامة ديمقراطية حقيقية كاملة ، هى السبيل الوحيد للاستقرار والرخاء والحرية ... ولذلك فقد كان عجيبا هذا المنطق الذى حاول بعض المسئولين وذوى الفكر فى مصر أن يبرروا به اغفال حقوقنا ، وهم يزعمون أن لجنة الدستور لا تملك ، والحكومة لا تملك ، وان الذى يملك هو الجمعية التأسيسية وحدها !

كان عجيبا أن نفاجأ بهذه الحجج الواهية ، وكان أولى بهم أن يسألوا أنفسهم لماذا يحرم نصف الشعب من حق انتخاب الجمعية التأسيسية نفسها ، والاصل فى الانتخاب أنه حق وليس منحة ، وأن كل تشريع لا تشترك المرأة فى مناقشته هو تشريع لا يمكن أن يعترف بشرعيته عقل ديمقراطى سليم !

لقد قلت منذ اللحظة الاولى ، اننا لا نعترف بجمعية تأسيسية لا تشترك فيها المرأة ، وما زلنا عند رأينا ... ولن نسمح نحن النساء المصريات بعد اليوم أن نكون منبوذات مستعبدات ، فى عصر العلم ، والنور والحرية ... واننا سنعرف كيف نستخلص حقوقنا فما الاضراب عن الطعام سوى النذير ... انه خطوة أولى ، ستتلوها خطوات !

دريه حنين

بنت النيل السياسية

شهر الأعداء العسكرية والمؤامرات الاستعمارية

الانتخابية على أشدها بين مرشحي الرابطة الإسلامية وهي حزب الحكومة وبين الجبهة المتحدة وهي حزب المعارضة ، وذلك حول المعاهدة الباكستانية التركية التي قبل رئيس الحكومة عقدها . وأسفرت نتيجة هذه الانتخابات عن خذلان حزب الحكومة وجميع مرشحيها خذلانا كبيرا وفاز الحزب المعارض بـ ١٨٥ مقعدا بينما لم يفز حزب الحكومة الا بسبعة مقاعد !

وفي العراق وقف السيد فاضل الجمالي رئيس الحكومة يهاجم الحملة الصحفية التي تقوم في مصر محدرة العراق الشقيق من التورط في الانضمام الى الحلف الباكستاني التركي وقد انتهى الرئيس العراقي حديثه هذا الذي كان يلقيه في مؤتمر صحفي عراقي بقوله ان العراق اذا قرر الانضمام الى هذا الحلف فانه سيعلن ذلك بملء فيه !

وفي برفية لاسوشميتد برس من بيروت أن السيد عبد الله اليافي رئيس الحكومة اللبنانية كذب تكديبا قاطعا ان الحكومة الامريكية عرضت على لبنان عونا ماليا قدره ٢٠ مليون دولار مقابل تأييد الحلف التركي الباكستاني وكانت جريدة «لوسوار» قد نشرت ان الدكتور شارل مالك يبحث هذه المسألة مع المسؤولين الامريكيين !

وفي الجانب الآخر .. كانت روسيا السوفيتية وجمهورية الهند تراقبان أمر هذه الاحلاف العدوانية بقلق واهتمام لما تحمل من تهديد واضح من دول أوروبا وتركيا ضد روسيا .. ومن الباكستان ضد الهند

واليونان وتركيا خلال الشهر الماضي الكثير من الخطط السرية العسكرية التي يتولى الدكتور اديناور رئيس الحكومة الألمانية الغربية القيام بدور الوسيط فيها بين أمريكا ودول البلقان بقصد اشراكها في مشاريع الدفاع الامريكية . وقبل ان يغادر اديناور انقره صدر بلاغ يؤكد موافقة الحكومة التركية على اشراكها في مشروع الجيش الاوربي .

وفي ذات الوقت الذي كانت فيه انباء هذه المشاريع العسكرية تحتل المكان البارز من صحف فرنسا وألمانيا الغربية واليونان وتركيا ، كانت مقدماتها قد وصلت الى بعض الدول الشرقية والغربية ... وفي شرق الباكستان كانت العسكرية

نشطت أمريكا خلال شهر مارس المنصرم نشاطا كبيرا في السعي لعقد اتفاقات عسكرية مع شعوب الشرق الاوسط والبلقان اصطلح رجالها على تسميتها بالجيش الاوربي تارة وبخطط الدفاع تارة اخرى . ففي واشنطن الان تجري المباحثات بين مندوب فرنسا العسكري وبين العسكريين الامريكيين حول مضاعفة العون العسكري الامريكي للقوات الفرنسية التي تحارب الوطنيين في الهند الصينية . وترى أمريكا في هذه البقعة نقطة استراتيجية هامة يجب الاحتفاظ بها لقوات الغرب لاستغلالها في حالة قيام نزاع مسلح بين الشرق والغرب .

وقد شهدت عواصم ألمانيا الغربية



السكرتير لتشرشل - وزير المستعمرات يقول لك لو استمرت على السياسة دي .. موش ح يبقى وزير مستعمرات .. ح يبقى غفير قراة ..

ظواهر لها مغزى

من الظواهر السياسية التي تستدعي التعمق والتدبر نشاط إسرائيل الى حشد جيوشها على الحدود العربية في ذات الوقت الذي نشطت أمريكا فيه الى العمل على عقد الاحلاف العسكرية مع الدول العربية .. واذا اضيف الى ذلك نشاط القوات البريطانية المحتلة الى اثاره حوادث الاعتداء على المصريين في القنال في ذات الوقت الذي تنشط فيه أمريكا الى عرض وساطتها بين مصر وبريطانيا لعقد اتفاق بشأن مصير القوات البريطانية في مصر اذا اجتمعت هذه الظواهر جميعها في وقت واحد .. فانه يكون من حصافة الرأي أن نعمل نحن العرب متضافرين الى ما فيه مصلحتنا جميعا كلمة واحدة تسعى متكاثفة الى نيل حريتها كاملة لا تشوبها شائبة .

فكما لا شك فيه أن الغرب يريد أن يستغل ضغط إسرائيل على حدودنا العربية في اقناع العرب بأهمية قبول معونته المالية والعسكرية التي تفتح له باب التدخل العسكري في بلادنا .. وتدل الدلائل على أن أمريكا تريد أن تقترب الى مصر عن طريق اقناعها بانها انما تهتم بمسألة الجلاء ...

وهي في هذه المناورات انما تستعين بتابعيتها إسرائيل وبريطانيا وهما من جانبهما تعملان على تدبير حوادث ارباب العرب والمصريين والظهور امامهم بمظهر القوى المتحرش لعل ذلك يحقق لهما املهما في اجبار العرب على عقد الصلح مع إسرائيل .. وجعل مصر تقبل الاتفاق الذي يرضى بريطانيا .

بقي أن أقول أن الذي يعيننا هو أن نأخذ من تعاون خصومنا عبرة لنسارع في توحيد جهودنا نحن العرب جميعا لمحاربة أي حلف يراد به النيل من حريتنا . وأن نعمل ونعمل مخلصين متحدين على توحيد كلمتنا وجهودنا في رسم سياسة متحدة لمقاومة أي اعتداء يراد بأن شعب عربي فان وحدتنا في سبيل حرية أوطاننا لا بد أن تتحطم أمامها أية مؤامرة يراد بها اغتصاب حريتنا .. فالحق هو الاعلى دائما !

درة شفيق

والنزاع بينهما قائم ٠٠ وقد بادرت حكومة روسيا بتقديم انذار لحكومة اليونان واحتجاج شديد لحكومة تركيا تحملهما نتيجة دخولهما في هذه الاحلاف وتحذرهما من عواقب اقلها تغيير علاقتها بهما ٠٠٠ كما قام شـيرى نهـرو رئيس حكومة الهند بالتنديد بالمعاهدة الباكستانية التركية وعرض

استعداده لاصدار ميثاق مشترك من الهند والباكستان بعدم اعتداء كل منهما على جارتها بدلا من اتجاه الباكستان الى الخارج ٠٠

وكان هذا الشهر بالنسبة لمصر بمثابة نقطة الانتقال ٠ فما كاد الصفاء والوحدة يعودان الى صفوف قادة

السياسة الانيقة



الثورة حتى توالى الانباء السارة تعلن اتجاه الثورة نحو تقصير مرحلة الانتقال التي كانت محددة بثلاثة اعوام لعودة الحياة البرلمانية لمصر ٠٠ فقد اعلن قرار رفع الرقابة على الصحف وكان هذا هو فاتحة باب الحريات وعودة الحياة الطبيعية للبلاد ثم تلاه اعلان دعوة الناخبين لانتخاب جمعية تأسيسية تتولى مناقشة الدستور الجديد واقراره،

كما حدد لاجتماعها الثالث والعشرون من يونيو القادم ٠٠ على ان تنتهى الجمعية التأسيسية من مهمتها في موعد انتهاء فترة الانتقال حيث يتم انتخاب البرلمان الجديد ٠٠ وقد

صرح القادة باقتناعهم بضرورة رفع الاحكام العرفية قبل اجراء الانتخابات للجمعية التأسيسية ٠٠ اما تكوين الاحزاب فانه سيتم قبيل انتخابات الجمعية التأسيسية

ومن الانباء الهامة لهذا الشهر ايضا الافراج عن جميع المعتقلين السياسيين والمسيجون السياسيين وقد شغل الرأي العام في مصر وفي الخارج منذ منتصف الشهر المصري بفضيحة المرأة المصرية على اثر الاصراف عن الطعام الذي اعنته الدكتور ديرة سفيق وبعض السيدات في سبيل الدفاع عن حق المرأة المصرية في الاشتراك في الجمعية التأسيسية التي ستنظر الدستور الجديد ٠

وفي الاسبوع الاخير من الشهر ظهرت على المسرح السياسي المصري مشكلة الاحتلال البريطاني لارض القتال في شكل سلسلة من الاعتداءات السائرة من القوات البريطانية المحتلة ضد سكان النبال الامنيين ٠ وقد بدأت هذه الاعتداءات بقتل الانجليز لضابط نقطة فتارة المصري غدرا ثم لم تلبث الحوادث ان توالى تحمل انباء استشهاد عدد من المصريين والمصريات من اهل القتال برصاص الغاصبين المحتلين وقد اهتمت الحكومة المصرية اهتماما بالغا بالامر ٠ ويبدو واضحا انه بات من المستحيل استئناف المباحثات بين البلدين في هذه الظروف ٠

وفي اجتماع عقد بين الملك سعود واليكاسي جمال عبد الناصر درست الوسائل التي يجب اتخاذها لتعزيز كلمة الدول العربية ودعم وحدتها بعد ان اتضح للجميع ان هناك مؤامرة تدبر لتمزيقها بجيكاها الغرب بمساعدة اسرائيل ٠

في سطور

كان من بين المصريين الذين استشهدوا على ارض القتال برصاص القوات البريطانية المواطنة صابحة محمود من قرية ابو جاموس كما اصيبت المواطنة شامة محمود ابراهيم من نفيشه بالقتال اصابات بالغة برصاصات الانجليز ٠

اذيع في مصر وفي روسيا في وقت واحد بيان مشترك برفع التمثيل السياسي بين البلدين من مفوضية الى سفارة لتوثيق العلاقات وتنميتها بينهما ٠

بدأت في السودان محاكمة المتهمين في الحوادث الدامية التي قامت في اول مارس باخرطوم لتعطيل افتتاح البرلمان السوداني الجديد ٠

اصدرت اللجنة القومية لهيئة التدريس بجامعة الاسكندرية بيانا قالت فيه : « اختفوا ماشتمتم على نظام الجمعية التأسيسية واختفوا ماشتمتم على انتخاب البرلمان ولكن لا تسوا ابدا ان هناك عدوا رابضا في القتال ينتظر خلافاتكم لينفذ من بين صفوفكم فاكسروا شوكتكم بوحدتكم والله في عون العبد ما دام العبد في عون اخيه ولتكن مصر دائما فوق الجميع ٠

ارسلت الحكومة اليونانية عن طريق سفارتها بالقاهرة خطاب شكر الى الحكومة المصرية لتبرعها بمبلغ عشرة آلاف جنيه لتكويين الزلازل ٠

نفت المصادر المطاعة نبا دعوة سلطان باشا الاطروش لزيارة مصر ٠

امر جلالة الملك سعود بمنح احد التراجمة الف جنيه لتمكنه من صعود الهرم الاكبر ونزوله في ست دقائق ٠

قررت هيئة التحرير انشاء مؤسسة صحية كبيرة لعلاج الموظفين واسرهم ٠ وستحول بعض القصور الملكية المصادرة في القاهرة والاسكندرية الى مستشفيات لتحقيق لهذا الغرض ٠

اهدى الرئيس محمد نجيب الى جلالة الملك سعود شمعدين وزهرتين من الفضة ومسبحة من الكهرمان الصافي بشراية من الذهب ٠

أقرت لجنة الحريات والحقوق والواجبات العامة النصين الاتيين ضمن ما اقرت من نصوص : (أ) الاسرة اساس المجتمع وتحميها الدولة ٠ (ب) ترعى الدولة بصفة خاصة شؤون الامهات والاطفال وتوفر المنشآت اللازمة لذلك ٠

رحبت مصر بحكومة وشعبا بزيارة جلالة الملك سعود عاهل الجزيرة ٠



استطاعت ٦٠٠٠ سيدة بريطانية ان يتزعن حقوقهن من الوزارة البريطانية ٠٠

بنت النيل لمحمد نجيب : يعني لو تدونا حقوقنا ٠٠٠ ما كناش نقدر نتفاهم لكم مع تشرشل ؟



صحفيات من أمريكا ومصر

لساذنا نعتصم

على ماهر وزكى العربى

عشرة أيام ...

وانطلقت السيارة بالدكتورة درية شفيق بمفردها تحملها الى حيث اعتزمت حسم المعركة المقدسة التي نزلت اليها تدافع عن أقدس الحقوق لبنات جنسها .. ورغم تشديدها فى منع الجميع من مصاحبته فقد انطلق فضولى الصحفي يتبعها عن بعد يرقب ويسجل أخطر حدث صحفى كنت أشم رائحته تغزو ميدان صاحبة الجلالة الصحافة .. وفى مساء كل يوم من أيام الاضراب عن الطعام الذى اعلنته بعد ظهر الجمعة كنت أجلس الى مكتبى فى دار بنت النيل أسجل هذه اليوميات عن الاضراب التى ألخص فيها الان قصة هذا الاضراب كاملة دقيقة ... أسجلها لنساء مصر ولتاريخ مصر لتكون احدى قصص الكفاح والبطولة فى حياة شعب مصر المناضل فى سبيل الحرية والكرامة ..

عندما خرجت جريدة القاهرة بعد ظهر الجمعة ١٢ مارس تعلن فى «منشئ» بارز نبا اعتزام الدكتورة درية شفيق الاضراب عن الطعام حتى الموت فى سبيل الدفاع عن حقوق

فى الساعة الثانية عشرة من بعد ظهر يوم الجمعة ١٢ مارس وقفت الدكتورة درية شفيق على عتبة دار المجلة تودع أسرة بنت النيل وترد على تساؤل الجميع بأنها تعتزم السفر لمدة لم تحدد بعد .. وبدأ ان الجميع قد اقتنعوا بذلك فمضوا يودعونها الى لقاء قريب .. ولم يكن هناك من يشك فى صحة هذا السفر غيرى أنا .. فقد كنت واثقة من أن درية شفيق ليست هى التى ترك القاهرة والمعركة فى عنفوانها .. والذين كانوا يرون درية شفيق فى الايام القليلة التى سبقت هذا اليوم كانوا يعلمون انها تعيش فى معركة لا تكاد تهدأ أو تستقر .. فمئذ أن أعلن نبا قرب عودة الحياة البرلمانية الى مصر والقاء مهمة تقرير الدستور الجديد الى الجمعية التأسيسية ودرية شفيق تهب كل وقتها وجهدها لتقرير مكان المرأة المصرية داخل هذه الجمعية التأسيسية التى ستقر الدستور الذى سيحدد حقوق نساء مصر للأجيال المقبلة ..



السيدة اسما فهمى وطالبات معهد التربية

منيرة ثابت

اليوم الثالث

بهيجة البكرى

... مع السيدة فاطمة نعمت راشد





الاتصال بالجلة

في اليوم الرابع

الطبيب

شكرا

... مع السيدات (قصص)

حتى حمل البرق نبأ اضراب عدد من اعضاء اتحادات بنت النيل في الاسكندرية واعتصامهن بلساى نقابة الصحفيين بالشعر تضامنا مع مظاهرات القاهرة ومنهن السيدات امينة شكرى - ثريا العجيزى - أم هلال .

نحن الآن في اليوم الثالث من الاضراب وقد ساءت صحة بعض المضربات من بعد ظهر أمس وخرجت الصحف تحمل بعض الصور التي بدت فيها مظاهر الاعياء واضحة على وجوه المضربات .. والواقع أن هذا اليوم كان يوما حافلا من أيام الاضراب .. كانت رسائل وبرقيات التأييد تتوالى وقد استطعت أن ألح منها برقية من رئيسة الاتحاد الدولى تقول فيها : « بارك الله شجاعتهن »

ومن الاسكندرية ، حملت اسلاك التليفون نبأ نقل إحدى المضربات هناك وهى السيدة امينة شكرى الى المستشفى بعد ان ساءت صحتها الى درجة كبيرة .

ولقد كان لمظاهر الاجهاد الذى بدأ على المضربات أثر عميق فى

تقرير حقهن الدستورى فى مشروع الدستور الجديد وهذا يكفى الآن لان لجنة الدستور لا تملك أكثر من ذلك . واختتم الدكتور ماهر كلامه قائلا .. اترك القضية فى أيدينا .. فردت الدكتورة درية قائلة :

- لا ان المرأة هى التى يجب أن تكون محامية عن نفسها داخل الجمعية التأسيسية التى ستقرر حقوقها !

وخرج الرجلان الكبيران والثاور ياد عليها بينما ران الصمت على الجمع الكبير الذى كان يراقب هذه المناقشة .. فقد كان رد درية شقيق على ايجازة يفنى عن أى تعليق !

وقد اجتمعت المضربات واصدرن هذا البيان الذى ابرقن به الى المسئولين جميعا وجاء فيه :

قررنا نحن المضربات عن الطعام المعتصمات بدار نقابة الصحفيين الاستمرار فى موقفنا بعزم وتضامن حتى الموت أو تجاب مطالبنا فى تمثيل المرأة فى الجمعية التأسيسية وفى جميع الهيئات التشريعية .

ولم تغب شمس اليوم الثانى

فى مصحف صغير كان الاستاذ حافظ محمود قد أهدها الى الدكتورة درية قبل انصرافه من زيارته لهن وهو يرجو أن يتبرأ أمامها وزميلاتها طريق جهادهن .

وأشرقت شمس اليوم الثانى من الاضراب لتستقبل دار النقابة يوما زائرا فى حياتها .. الزحام شديد والاصوات كثيرة متداخلة فى ضجيج كبير .. حتى ليخيل للرائى ان القاهرة قد انتقلت بأجمعها الى ميدان الاضراب بين مؤيد ومشفق وفضول ومثائر .. والمناقشات تحدث فى جميع الغرف المجاورة لحجرة المعتصمات حتى بلغ بعضها حد الخطابة لزوار مؤيدين أو معارضين وزائرات بلغت الحماسة بهن حدا لا مثيل له .. وقبيل الظهر وفد على دار النقابة الدكتور على ماهر يصحبه الاستاذ زكى العرابى رئيس لجنة الحقوق المتفرغة من لجنة الدستور .. وبعد أن تبادلوا التحية مع المضربات بدأ الدكتور على ماهر يسدى نصحه لهن بتأجيل الاضراب مؤكدا أن لجنة الدستور قد قامت بواجبها نحو

نساء مصر فى الاشتراك فى الجمعية التأسيسية كانت زعيمة بنت النيل تحتل حجرة نقيب الصحفيين وبجوارها حفيظة ملابسها ولغة صغيرة لفراش متواضع بينما ظل جرس التليفون يلاحقها وهو يحل البها عشرات الاسئلة وعبارات التأييد .. وفى خلال ساعات كانت الحجرة تموج بجموع الزوار وفى مقدمتهم أعضاء مجلس نقابة الصحفيين الذين جاءوا ناصحين بعدم ضرورة هذا الاضراب وفى المساء انفض جمع الزوار ولكن بعد أن تخلفت ثمان من السيدات والانسات حيث تولت كل منهن اعداد فراش لمبيتها .. فقد حضرن بمجرد سماع النبأ الكبير لمشاركة رئيسة بنت النيل اضرابها واعتصامها بنقابة الصحفيين فى سبيل الغاية المقدسة .. ومن السيدات والانسات .. راجية حمزة ، منيرة ثابت ، فتحية الفلكى ، بهيجة البكرى ، منيرة حسن ، سعاد فهمى ، أماني فريد ، هيام عبد العزيز . وهذا كل شئ فى دار النقابة الراحبة .. الا من صوت خافت كان يهمس فى هدوئه ببعض الآيات

متى تعود ماما ؟

قبلة الام

حديث مع وكالات الانباء





الاتصال بالمتزل

اثارة حماسة الكثيرات من السيدات المؤيدات .. فنشطت السيدة سنية عنان لعمل بعض الاتصالات بكبار المسؤولين .. وبدأت الانباء تسرى عن الضعف الذي يهدد حياة بعض المضربات وتكهرب الجو النقابة واشتدت المناقشات بين الزوار المشفقين على حياة هذه الطليعة المكافحة من نساء مصر وبين المضربات اللواتي كان يبدو أن استمرار الاضراب يزيدهن ايمانا باصرار .. وفي احد المقاعد رأيت احد الصحفيين يسأل الدكتورة درية اذا كانت تشعر بالجوع .. وكانت تجيبه في قوة .. انني لا أشعر بغير الايمان بسلامة نفسي ولا يترك مجالاً لشعور آخر ولو كان هو الجوع القاسي !

وظللت انتقل بين جموع الزوار والزائرات وبين الاسئلة المتلاحقة من جيش الصحفيين والمصورين والمضربين والاجانب ومصريي التلفزيون اسجل وارقب تطور الامور .. وبعد الظهر حضر الدكتور على ماهر يحمل الى المضربات بياناً فيما عن تأييده لحقوق المرأة السياسية وثقته من تأييد الجمعية التأسيسية لها كاملة غير منقوصة واختتم البيان برجاء فض الاضراب بناء على هذه التوكيدات لرئيس لجنة الدستور ..

السودان يؤيد

وانصرف الدكتور ماهر وعقدت المضربات اجتماعاً لمناقشة البيان وظلت اقلام الصحف شاهرة تنتظر النتيجة بين تفاؤل البعض وتشاؤم الآخرين .. واخيراً فتح باب قاعة الاجتماع وخرجت الدكتورة درية تعلن شكرها للدكتور على ماهر مع اسفها لعدم موافقة المضربات على فض الاضراب قائلة : ان مطلبنا واضح متحدد وهو ان لا تقبل مطلقاً أن نحكم بدستور لم نشارك في مناقشته وتقريره في الجمعية التأسيسية .. وكان لهذا التصميم صدى في نفس المؤيدات للاضراب فهبت جماعة من السيدات تسعى لمقابلة رئيس الجمهورية بعد أن رأينا انه لم يعد مفر من اختيار احد أمرين .. أما تقرير مطلب المضربات أو تركهن للاستشهاد .. وفي مقر مجلس الثورة ظلت هؤلاء السيدات يرقبن مقابلة الرئيس الذي كان في اجتماع لمجلس الثورة حتى الساعة الواحدة بعد منتصف الليل ..

ظهرت الصحف هذا اليوم وهي تضيف الى انباء الاضراب آراء بعض الكتاب وتعليقاتهم على حركة الاضراب بعد أن دخل في المرحلة التي لم يتوقعها الكثيرون من المنشكيين في قوة احتفال السيدات وتصميمهن .. وكانت جريدة الاخبار

في الطريق الى القصر العيني تحت اشراف رجال الاسعاف

الاضراب .. كانت تجتمع مع السيد سليمان حافظ بقصر الجمهورية تناقشه الرأي في الموضوع ثم عادت لتجتمع من جديد بالمضربات تنقل اليهن وجهة نظر مستشار رئيس الجمهورية ..

وفي المساء حضر السيد سليمان حافظ الى دار النقابة حيث ظل في مناقشة مستمرة مع السيدات المضربات انتهت بهذا السؤال الذي حسنت به الدكتورة درية المناقشة كعادتها فقد سأله في بساطة : وهل تقبل سيادتك أن تحكم بدستور لم تمثل في أخذ الرأي عليه ؟ فاضطر السيد الى التخلص من هذا الاحراج النسائي اللبق بالتعليق عليه بأن الاضراب فيما يبدو يشهد الذكاء !

وبنفس الطريقة الحاسمة المبسطة ردت الدكتورة درية شفيق على الدكتور محمد صلاح الدين الذي حضر هو والسيدة حرمه فاصحا .. فقد ردت الدكتورة على قوله بأن الاغلبية في لجنة الدستور قد ايدت حقوق المرأة .. ردت بقولها : ان هذا لا يغني عن ضرورة وجود المرأة في الجمعية التأسيسية للاشتراك في مشروعه لان المشروع لا يكفي لضمان تقرير هذا الدستور الذي وضعت تقريره ..

ولكن هذه القوة التي كانت تثير اعجاب جميع من يلتقي بدرية شفيق

تصور مدى التناقض في نظرة الرجال الى هذه المعركة التي تخوضها تسع سيدات مع الموت والرجعية ففي الصفحة الخلفية من الاخبار تجاوزت مقالات ديج الاولى كاتب سخر من الوسيلة التي لجأت اليها السيدات لتحقيق مطالبهن السياسية ولا ندرى ان كان جادا حقاً فيما ذهب اليه .. وكان يقابل هذه الكلمة صوت معارض لكاتب حر جرى يصيح في مواطنيه الى متى تظل نظم نساءنا ونصم آذاننا عن دعوتهن للحرية اللائقة بالبشر .. لا بل وفي الصفحات الوسطى من هذا العدد بالذات كان شيخ الادب والعلم والحرية سلامة موسى يقول كلمة الاحرار في قضية نساء وطنه المهدوات الحقوق والادمية وهن نصف الامة وعماد الاجيال ..

ولنترك معركة الاقلام فهي على كل حال تعتبر منبر الرأي الذي لولا تضاربها وتجادلها لما خلصت الآراء وتبلورت الحقائق ! وفي الصباح المبكر حضر الاستاذ فكرى أبظة حيث أمضى بعض الوقت في مناقشة المضربات محاولاً اقناعهن بالعدول عن الاضراب .. وانتهت زيارته باقتناعه بأن لا سبيل الى الحديث معهن عن العدول !

وعند الظهر كانت السيدة سنية عنان وهي ضابط الاتصال توالى مدة

قلعة من جنوب الوادي

الى القصر الجمهوري





في سيارة الاسعاف

طالبات معهد التربية يؤيدن الاعتصامات

في القصر العيني

وطلع اليوم الخامس على المضربات وكان تدهور صحتهن واضحا آثار قلق الزوار والصحافة فبدأت المناقشات تخف أمام رهبة الألم والضعف الذي انطبع على الوجوه الصامدة المؤمنة .. وبدأ الأطباء

يشددون في تعليماتهم بضرورة الراحة التامة وتجنب الكلام والانفعال .. وبدأ منظر الفراش الأرضي الممتد بطول حجرة الاعتصام بالأجساد الراقدة المتدثرة والوجوه الشاحبة يشير الجلال بما يشعه من جو حزين وما يعكسه من معان أشبه بهذه التي يستشعرها زوار ضربة الشهداء

والقديسين .. ولقد رأيت الدمع يجول في عيني السيدة أسماء فهي وهي تهتز لقوة المنظر فتندفع بقوة تأثرها تناشد المضربات الأبقاء على حياتهن المهددة .. ولكن درية شفيق تجد في أنفاسها القوة التي تجيها بها بأنها لن تبرح هذا المكان إلا بحقوق المرأة كاملة غير منقوصة .. وبعد الظهر حضرت صحيفة أمريكية شابة وافقت للدكتورة درية برغبتها في الانضمام اليهن في إضرابهن .. ومن الأقوال القوية التي قيلت في تأييد هذا الإضراب كلمة محرر

س . د .

« البقية من ٧٠ »

المضربة المؤمنة المكافحة .. كانت لا تلبث أن ترق حتى تذوب في قطرات من الدمع الحائر في عينيها وهي تضم إلى صدرها طفلتيها عزيزة وجيهان وهما يسألانها متى ستعودين إلينا يا ماما ؟

ومن بين البرقيات التي وصلت هذا اليوم للمضربات برقية من وزيرة التأمين الاجتماعي في وزارة العمال السابقة بريطانيا تقول فيها : (إن سيدات بريطانيا يوقن بعطف شديد المجهود العظيم في سبيل الحقوق الديمقراطية للمرأة المصرية)

وبرقية أخرى من طالب جامعي يعلن إضرابه عن الطعام واعتصامه بنقابة المحامين تضامنا مع المضربات .. وهذا خطاب شعري يحيى فيه الأستاذ حسن البنا شقيق المرحوم الشيخ حسن البنا المضربات :

حي الكرام الفضليات
المخلصات الصائحات
اختي العزيزة يا بهيجة
توجتك المكرمات
اختي العزيزة رحمة
بنفوسكن الصافيات
قلت العدول ، فقلن لا
ثمن النجاح هو الثبات
سنظل ننشد بالكف
ح حقوقنا حتى المات
سجل التشريعات



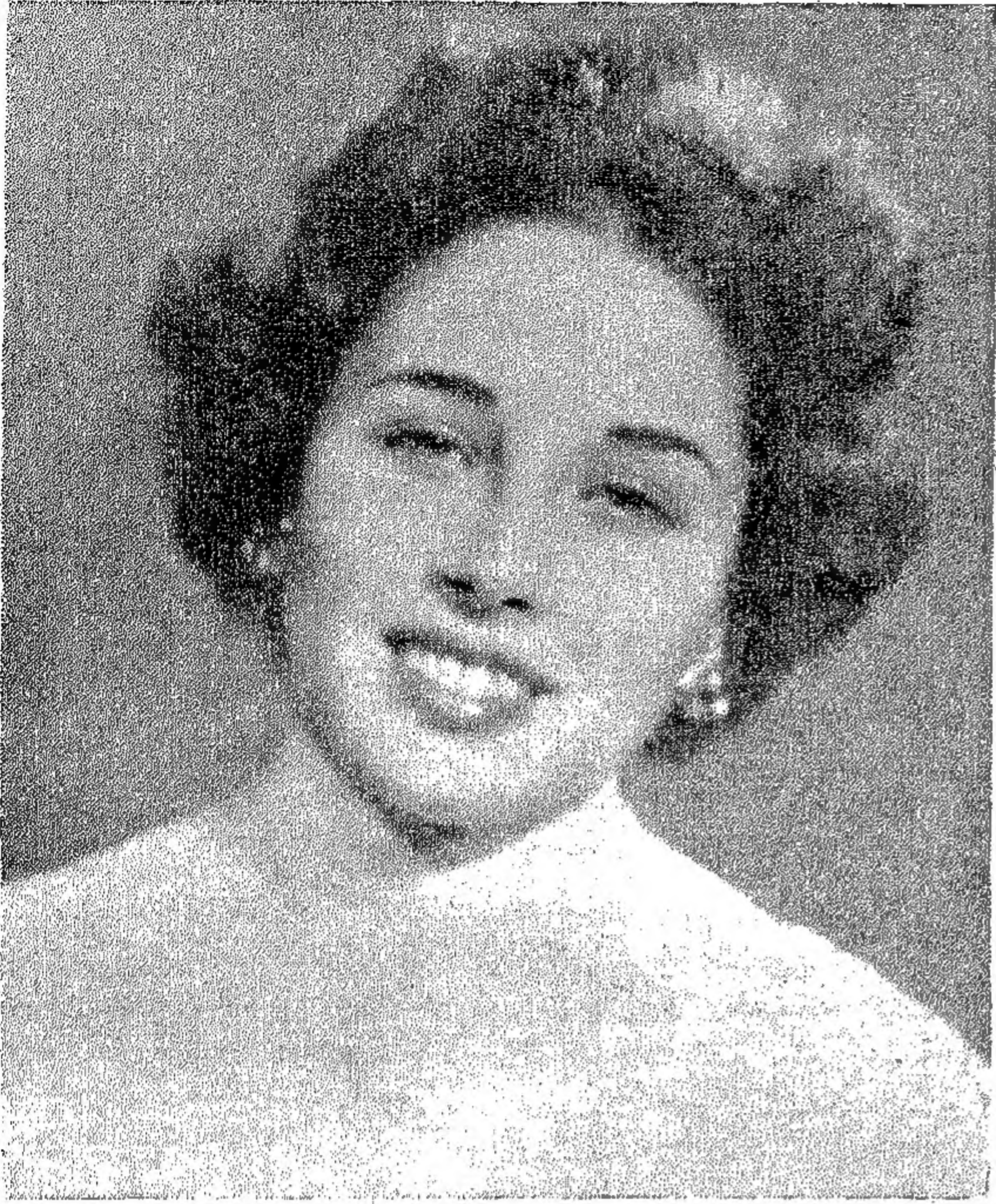
يد واحدة

بالقة على قبر محرور المرأة

في دار دار الاتحاد النسائي



المجتمع في شهر



الانسة لبنى عبد العزيز فتاة الجامعة الأمريكية

الأمريكية سنة ١٩٥٠ بقسم العلوم الاجتماعية . وعينت في نفس الوقت بركن الأطفال وقسم الإحاديث بالاذاعة المصرية . وقد برهنت على سعة اطلاعها وحبها للعمل الذي تقوم به .

وتنوي لبنى دراسة الفن المسرحي في الولايات المتحدة بعد تخرجها هذا العام من الجامعة

وهواياتها المفضلة التمثيل والمطالعة والباليه .

ويبلغ طولها ١٦٢ سم ، وتزن خمسين كيلو جراما ، وهي ذات شعر أسود جميل وعينين خضراوين .

♦ أصدرت محكمة

سانتا دومينكا حكما يقضى بقبول طلب طلاق النجمة الفرنسية « كورين

كالفيت » من زوجها الممثل « جون برايمفيلد » لأن الزوج رفض السماح لها بانجاب

طفل بحجة أنه لا يقبل أن يترك السينما ويضحي بعمله وبمستقبله ليتفرغ لانتاج ولد . . .

فازت الانسة لبنى عبد العزيز بلقب فتاة الجامعة الأمريكية بالقاهرة عن العام الدراسي ١٩٥٣ - ١٩٥٤ وقد ولدت لبنى في أول أغسطس سنة ١٩٣٣ . ودرست في مدرسة سانت ميرى ثم التحقت بالجامعة

♦ ألفت الدكتورة درية شفيق محاضرة بصاله المحاضرات بالغرفة التجارية المصرية بالاسكندرية يوم الخميس ٤ مارس سنة ١٩٥٤ عن مكافحة الجهل في كافة الاوساط النسائية .

وكان في مقدمة الوافدين وكيل المحافظة ونائب المنطقة الشمالية وكبار موظفي المصالح الحكومية وسيدات المجتمع وطالبات أقسام مكافحة الامية التي يشرف عليها اتحاد بنت النيل . وفي نهاية المحاضرة وزعت الدكتورة درية الجوائز على المتفوقات في هذه المدارس ، وكانت السيدة كوكب سبابا والسيدة ثريا العجيزي وهما المشرفتان على أقسام مكافحة الامية بهذه المدارس يستقبلان الوافدين على الدار وخاصة السيدات والانسات الاميات اللواتي أقبلن على التعليم بصدر رحب ومن بينهن من بلغت من العمر أكثر من ٤٠ عاما .

ايزيس فهمي عادت الانسة ايزيس فهمي الى دار أخبار اليوم لتحرر باب المجتمع والاخبار السياسية . وكانت ايزيس قد بدأت حياتها الصحفية في



مجلة آخر ساعة منذ أربع سنوات حيث عملت كمحررة لباب المجتمع . وكانت قبل ذلك تعمل كممرضة في مستشفى أخيه الدكتور أديب فهمي .

وأما ايزيس فهمي مرحلتى التعليم الابتدائي والثانوي في مدرسة السكريكور بالقاهرة ثم سافرت الى باريس لتلتحق بمدرسة اللوفر وتتعلم النقد الفني . كما درست الادب الفرنسية على أصولها وتدرجت على عزف البيانو

وتجيد ايزيس السباحة وتلعب الجولف الا أن عملها الصحفي يدخل بينها وبين الاستمرار في ممارسة هاتين الرياضتين

وفي رأى ايزيس أن الصحفي الناجح هو الذي يحرص على نقل الاخبار الصحيحة الى قرائه ، وهو الذي يعمل على كسب ثقة رجال السياسة ليستدعوه اليهم كلما كانت لديهم أخبار هامة .



احتفل في عمان بافتتاح جلالة الملكة زين لمستشفى الهلال الاحمر . . والملكة ابوالدة تعتبر راعية النهضة النسوية والنشاط الخيري في الاردن . وترى جلالتهما في زيارة المستشفى وعن يسارها رئيسة جمعية الهلال الاحمر في عمان



سميدتي ...

ان جمال وجهك لا
يتم الا بانسجام
تقاطيعه واتفاقها مع
تسريحة شعرك ولذلك
يجب أن تعالجى سمته
وجهك بالمساج على
أساس علمى سليم .

أما اذا أردت أن
تعالجى ترهل جسمك
وصدرك فان هناك
آلات كهربائية حديثة
تكسبك الرشاقة
وتمنحك جمال الجسد

ولن يتيسر لك شيء
من هذا الجمال الا اذا
زوت

مجلد
التجميل
العلمي
الطبي
الطبي
الطبي

لا مثيل له في الشرق
٣٧ شارع عبدالخالق ثروت
القاهرة - ت ٤٢٦٩٣

◆ تسلمت زوجة المستر
أوليفر ليتلتون وزير
المستعمرات البريطانى خطابا
يهددها كاتبه بالقتل ...
ويقال ان الخطاب مرسل من
مقر جماعة « ماو ماو »
الوطنية فى لندن .

◆ من بين أعضاء الدورة
الحالية لمجلس اليونسكو
التنفيذى توجسد البيجوم
اكرام الله قرينة سفير
باكستان فى باريس ،
وجيرونما بكون ممثلة
الفلبين والعضوة بالبرلمان
والسيدة هيفل فنجر ممثلة
الولايات المتحدة فى مجلس
اليونسكو .

◆ نالت أنا نيدر بوختز
الجائزة الاولى فى المسابقة
التي أقيمت فى بفاريا لاختيار
أبطاً مدخن للسيجار . وقد
استغرقت « أنا » ساعتين
وعشرين دقيقة فى تدخين
سيجارها ، واشترك فى هذه
المسابقة ٢٩ رجلاً وثلاث
نساء !

◆ اشتركت المرأة
الباكستانية لأول مرة فى
الانتخابات العامة التي جرت
خلال الشهر الماضى فى
الباكستان !

◆ ألقت الانسة نادية
لطيف عضو بعثة كلية
الزراعة بجامعة القاهرة الى
جامعة ليفربول للتخصص فى
علم النبات محاضرة باللغة
الانجليزية عن مصر كانت
خير دعاية لبلادنا العزيز وقد
تحدثت عن المرأة المصرية
والدور الهام الذى تقوم به
فى المجتمع وقالت انها
واثقة كل الثقة فى أن المرأة
المصرية ستنال حقوقها
السياسية كاملة غير منقوصة
... ومما هو جدير بالذكر أن
الانسة نادية عضو فى اتحاد
بنات النيل .

◆ قامت وزارة الصحة
باختيار المولدات والمرضات
استعداداً لارسالهن الى منطقة
غزة ليقمن بالخدمة الطبية
لسكان هذه الجهة .



السيدة « اوشانات » المتحقة الصحفية بسفارة الهند

الامريكى السابق مستر
ترومان .

◆ استطاعت ٦٠٠٠ سيدة
انجليزية ارغام البرلمان
البريطانى على الموافقة على
قانون يسوى بين المرأة
الانجليزية والرجل فى
الاجور وقد تم ذلك نتيجة
للمظاهرة النسائية التي
اقتحمت البرلمان وظلت تنادى
بهذه المطالب حتى اضطر
النواب الى التسليم بها .

◆ وضعت الانسة ليلي
الحلو طالبة بالسنة النهائية
بقسم الصحافة بالجامعة
الامريكية رسالة عن حروف
الطباعة العربية وتطورها
اقتрحت فى نهايتها تبسيط
تلك الحروف واختصارها
والغاء حروف التعليق .

◆ عادت الاميرة أشرف
توأم شاه ايران الى طهران
بعد غيبة دامت سنتين
أمضتها فى أوروبا . وكان
مصدق قد أمر بنفيها اليها
حين كان رئيسا للحكومة .

◆ استقبلت السفارة
الهندية بالقاهرة هذا الشهر
السيدة الصحفية « اوشانات »
التي عينت ملحقه صحفية
بالسفارة ... والسيدة
اوشانات عضو بجمعية
نساء الهند وقد اصطحبت
معها طفلتها الوحيدة بينما
تركت زوجها يواصل عمله
فى الهند حتى تعود اليه .
◆ فى احصائية زراعية
أخيرة ظهر أن عدد النساء
العاملات بالزراعة فى مصر
يزيد عن عدد العاملين بها من
الرجال بعدد ١٨٣٨٤٦
امرأة ...

◆ أحييت السيدة
زوزكرلاز سكرتيرة حزب
الاستقلال الوطنى فى
بورتوريكو الى المحاكمة وهو
الحزب الذى ينتمى اليه
الوطنيون الذين أطلقوا النار
فى الكونغرس الامريكى
احتجاجاً على استعمار أمريكا
لوطنهم ...

ويقضى زوج هذه
السيدة عقوبة السجن المؤبد
لمحاولته قتل الرئيس

بمخفى سلطانك التليفونية



١ - ما اسم الخليفة الفاطمي
الذي اشتهر باضطراده للنساء ؟
أ - العزيز بالله
ب - الحاكم بأمر الله
ج - النصور بالله



٢ - ما اسم الاميرة الفاطمية
التي اشتهرت بمعارضتها للخليفة
الحاكم بأمر الله ؟
أ - ست الملك
ب - تغريد
ج - زبيدة



٣ - وقعت في عهد المستند
بالله الفاطمي أحداث جسام تعرف
باسم :
أ - الشدة العظمى
ب - الطوفان
ج - التحريق

التليفون ليس أداة إزعاج

الساعة السادسة صباحا
الهدوء مخيم على المنزل .
ان القوم لا يزالون نياما . .



وعلى حين فجأة يرن جرس
التليفون . . ان الشخص
الذي تريد التحدث اليه
لم يستيقظ بعد من نومه .
لم اذن هذا الازعاج في هذه
الساعة المبكرة من النهار ؟
لقد دقت الساعة السابعة
صباحا . ان صديقتك التي

ترغبين في التحدث اليها
تليفونيا تأخذ الان حمامها .
ولن تخرج وهي تقطر ماء الى
البهو لترد على تليفونك .

الساعة الان الثانية بعد
الظهر . ان صديقتك تتناول
طعام الغداء وهي لا ترغب في
ترك الصلصة تبرد لتتحدث
معك حديثا طويلا او قصيرا
ان الساعة تدق العاشرة
مساء . وهامى ذى صديقتك

جالسة الى جهاز الراديو
تصفي الى برنامج ممتع
تذيعه محطة مصر لاتزعجها
بتلك المكالمات التي لا طعم لها
ولا مذاق اسئلى نفسك .

هل حديثك هذا لا يمكن
الاستغناء عنه حقا ؟ فكرى
مرتين قبل ان تضعى اصبعك
في القرص وتديره

لقد بلغت مضايقات
التليفون حدا جعل احد كبار
الصحفيين العالميين يصف

هذه الالة بأنها احدث وسيلة
من وسائل التعذيب
الاختياري لانك تدخله منزلك
ومكتبك بمحض ارادتك .
وقد تبذل احيانا الفالى
والرخيص في سبيل الحصول
عليه . فان وافقت مصلحة
التليفونات على تركيب جهاز
في منزلك فقدت الراحة
والهدوء . ويحكى عن احد
الظرفاء انه حين علم ان
صديقه له ركب تليفونا في
منزله بادر بهنئه قائلا : لقد
اصبحت يا عزيزى مثلك مثل
الفراشين ينادونك بالجرس
فتلبى النداء !!

ويقال ان الدوق ميريوا
طالب بأن توضع لائحة
للتليفون على غرار لائحة
المروور ليعرف كل انسان
متمدين ما له وما عليه بالنسبة
لهذا الجهاز وبالنسبة للذين
يتحدث اليهم او يتحدثون
اليه خلاله . اننا لا نغفط
« جرهام بل » حقه في اختراع
التليفون ولا ننكر فوائده
الجمّة التي عادت على
الانسانية ولكن غاية ما نطلبه

هو عدم اساءة استعماله فلا
نجعل منه آلة للثرثرة

يجب علينا أولا ألا نتصل
باصدقائنا بواسطته في
الاقوات التي نعصر فيها
مشغولون فيها . وعلينا ان
نحاول معرفة عاداتهم حتى
لا نزعجهم في الاوقات التي
لا تناسبهم . يضاف الى
ذلك ان حديثنا بالتليفون
يجب ان يكون مقتضيا . او
على الاقل نعرف من لهجة



صوت الشخص الذي نكلمه
ان كان يرغب في اطالة المكالمات
ام لا . وان كنا نتحدث عن
شخص فالأفضل الا نذكر
اسمه لئلا تكون الخطوط
متشابكة ويكتشف احد
اصدقائه وهو يطلب رقمنا
ما لا يجب أن يعرفه

استرجع جهاز راديو فيليبس

دائرج ٣٠٠ جنيه مصري نقداً



ابتداءً من أول أبريل لغاية آخر مايو سنة ١٩٥٤ كل من يشتري جهاز راديو فيليبس سواء بالنقد أو بالتقسيط يتسلم من التاجر الذي يشتري منه الجهاز ورقة يا تصيب قدرها قدر قيمة المظف فيرجع ٣٠٠ جنيه مصري نقداً بسحب قاصر عاتى الأرقام التي يحمل الشترين أوراقها وذلك بحضور مندوب وزارة الداخلية وعملوة على هذه الجائزة يجري السحب أيضاً على ١٠ أرقام أخرى تقطن لها مليا الحق في أن يستردوا بالكامل أثمان الأجهزة التي اشتروها كجزة كانت أم صغيرة ومما كان منها - ويجري السحب بمقر فيليبس أوريينت شركة ماهرة رقم ٣٤ شارع جامع جركس بالقاهرة في تمام الساعة الثانية عشرة ظهراً يوم ٢٥ يونيو سنة ١٩٥٤

لكن سعادتك مزدوجة باقتناء جهاز راديو فيليبس ورجع ٣٠٠ جنيه مصري نقداً أو استعادة ثمن جهازك بالكامل

يبيع لدى جميع متعهدي فيليبس

اطلب دائماً بطاقة الضمان لمدة سنة

مصلحة البلديات

مجلس بسلدى الزقازيق

تقبل المطاءات بمجلس بسلدى الزقازيق حتى ظهر يوم ١٢ أبريل سنة ١٩٥٤ عن توريد ماكينة لحام بالكهرباء وتطسلب الشروط والواصفات من المجلس على ورقة تمفة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ٢٠٠ مليم بخلاف أجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائي قدره ٢٠/٠ من قيمته لا يلتفت إليه ٧٢٣٨

اعلان مناقصة

الساعة ١٢ ظهر السبت ١٧/٤/١٩٥٤

تعلن مصلحة السجون عن توريد اللبن الحليب والجبنة نصف دسم والجبنة القريش اللازمة لعام ١٩٥٥/٥٤ ويمكن الحصول على العطاءات من ادارة مخازن المصلحة بواقع مائتين وخمسين مليما للبن الحليب ومائة وخمسين مليما للجبنة بنوعها خلاف خمسين مليما أجرة يريد على أن تطلب على ورقة تمفة فئة خمسين مليما ٧٢٠٤



٥ - ما اسم القائد الارمنى الفاطمي الذي افتتح عصر الوزراء العظام :

١ - بدر الجمال

ب - هولاكو

ج - طنج بن جف

الاجابة الصحيحة ص ٦٧

٤ - ادعى الخليفة الحاكم الفاطمي الالهية وتسمى بالقاب عديدة منها :

١ - ملك الملوك

ب - الواحد القهار

ج - قائم الزمان

او يخفضوا اصواتهم اذا قام احدهم يطلب رقما او يرد على مكالة فكثيرا ما يصل الى اذن المتحدث خلال السماعه كلام لا علاقة له بموضوع المكالة

وان طلب ضيف الاذن باستعمال جهازك التليفونى فمن اصول اللياقة ان تتركه وحده فى الغرفة التى بها الجهاز الى ان ينتهى من المكالة

وقيما مضى لم تكن اداب المجتمع تسمح بالشكر على هدية او على دعوة بالتليفون . اما اليوم فانه من الجائز استعماله لهذين الغرضين ولو اننا نفضل ان تظل هذه الوسيلة مقصورة على الاصدقاء الحميمين

واخيرا فانه على الرغم من المضايقات التى تحصل لنا من جراء هذا الجهاز فاننا لا نستطيع اطلاقا الاستغناء عنه بدليل انه ان تعطل جهاز فى مكتب او فى منزل شعر أصحابه بأنهم فى معزل عن العالم .

وان كان حديثنا خاصا بعمل من الاعمال فانه من الواجب الاتصال بصاحب الشأن فى مكتبه لا فى منزله وان كنا نطلب المكالة عن طريق السكرتير او الخادم فيجب ان نكون متأكدين ان فى استطاعتنا ان نمسك السماعه حالما تأتى المكالة فان من قلة الذوق ان نطلب انسانا بواسطة عامل التليفون ثم نتركه والسماعه فى يده ينتظر ان نتكلم بالتحديث اليه .

وعندما نطلب رقم تليفون صديق من الاصدقاء يجب ان نذكر له اسمنا حالما يرفع السماعه ويقول ألو ٠٠ فان لبعض الناس عادة السؤال عن اسم المتحدث قبل ان يقولوا هم عن اسمائهم

ويجب على الذى يرد على التليفون ان يكون مهذبا رقيقا حتى لو لاحظ ان المتحدث قد اخطأ الرقم . وعلى الذين يكونون فى الغرفة التى بها تليفون ان يصمتوا



شهادة من ابن



دراسة عن الحصبة

للدكتور مصطفى الديواني

أن تنزل الى مستواها الطبيعي في اليوم السابع والا كان استمرارها نذيرا بحدوث مضاعفات أهمها التهاب الاذن والتهاب الرئوي . واذا سامحنا الام التي تحاول علاج طفلها بنفسها في الايام الاولى من الحصبة فكيف نسامحها اذا تركت طفلها تجند له مضاعفات الحصبة كالتهاب الرئة والتهاب المخ والنزلات المعوية الحادة وهي غافلة تخدر أعصابها نصائح تافهة تلقنها اياها من حولها من مدعيات العلم والمعرفة ، فاذكري يا سيدتي دائما أن عدم نزول الحرارة في اليوم السابع معناه حدوث مضاعفات قد تكون قاتلة اذا أهمل علاجها .

وحقن العسل الاسود يا سيدتي . . ألا زلت تذكرينها . . لقد هلهلناها في الاعوام الماضية على صفحات الجرائد وأمواج الاثير حتى كادت تنقرض ، ولا بد أن كل والد متعلمه تدرك الآن تماما أن اعطاء الطفل عسلا أسود عن طريق الفم أو الحقنة الشرجية يعرضه للاصابة بالاسهال الشديد أو الدوسنتاريا الحادة قد تكون وطأتها على الطفل أشد من الحصبة نفسها .

وقد جرت العادة عند بعض الامهات أن تقفل نوافذ الغرفة وتغطي مصابيحها

ما بال الحصبة تنبأ في زحفها هذا العام . أهو نوع من التيه والدلال ، أو هذه طريقته تقبل عاما وتهجر عاما . . نعم ان الفرض الاخير هو الواقع لان الملاحظ في أوبئة الحصبة أنها تشتد كل سنتين مرة ، وقد كان الوباء كاسحا في العام الماضي حتى استنفذ معظم الضحايا المعرضين للاصابة بها ، حتى اذا ما حل هذا العام لم يبق في الميدان الا شريحة ضئيلة مبعثرة هنا وهناك . ثم يولد خلال العام جيل جديد من الاطفال ينضم الى الاطفال الذين لم تصل الجرثومة الى أبدانهم في الاعوام السابقة فتسرح الحصبة بينهم وتمرح تغمر ذات اليمين واليسار دون رقيب أو ضمير ، فلا يأتي العام القادم الا ويكون الوباء قد اشتد ، فلنتوقع شدته منذ الآن ولا تغرنا هذه الهدنة المؤقتة التي ستقلب في العام القادم الى حرب لا هوادة فيها .

ولا بد أنك يا سيدتي قد علمت من كثرة التجارب في أولادك أو أولاد من حولك من الاهل والأصدقاء ، أعراض الحصبة من عطس وسعال وسخونة ، ومن طفح داكن جميل يظهر على الجسم في اليوم الرابع . وتشهد الحرارة مع انتشار الطفح فتستمر في الارتفاع حتى اليوم السادس ولكنها لا بد

وأصبحت بالنسبة اليكن من لغو القول . . ولا عجب فأنتن السيدات اللواتي ضحيت في سبيلكن رئيسة اتحادكن بصحتها وحياتها لتحتل لكن مكانا تحت الشمس فأضربت عن الطعام ثمانية أيام طوال في شجاعة وتصميم نادرين لثقتها في مستواكن الثقافي والفكري ، قطوبى لها وهنيئا لكن !

بأقمشة حمراء ويلبس الطفل ملابس حمراء اعتمادا على أن لكل هذا تأثيرا على سير المرض ، وهذا خطأ في خطأ فان دخول الشمس والهواء الى غرفة المريض يزيد من مقاومته للمرض . ما بالي يا سيداتي - أو بالاحرى ياسيدات بنت النيل - أكلمكن عن أفكار بالية عتيقة أنتن أعلى منها بكثير ،

الحمى الروماتيزمية

للدكتور سنfro كامل غبريال

السكر والضغط الدموي **عوارض المرض :** في الكبار يبدأ المرض بعوارض يمكن تمييزها بسهولة في معظم الاحيان وتبدأ بارتفاع شديد في درجة الحرارة مصحوب بالتهاب في المفاصل الكبيرة عادة وذلك في شكل ورم واحمرار وألم شديد عند تحريكها ثم لا يلبث التهاب ان ينتقل الى مفصل اخر تاركا المفصل الاول في حالة طبيعية نوعا اما في الاطفال فقد يبدأ المرض كالكبار ولكن في كثير من الاحيان تكون العوارض غير ملحوظة قد لا يتنبه اليها الوالدان الا بعد فوات الوقت فمثلا :

التهاب المفاصل قد يكون خفيفا بشكل لا يلفت النظر وقد يكون الالم محتملا وقد يبدأ المرض بشكل فقدان الشهية عند الطفل او نقص في الوزن او انيميا وقد يبدأ المرض بشكل نزيف من الانف او قيء شديد ومغص بالبطن قد يظن انه نتيجة

الحمى الروماتيزمية مرض خطير يصيب الاطفال كما يصيب الكبار وخطورة هذا المرض ترجع الى اصابة القلب بهذا المرض تاركا أثرا يبقى مدى الحياة مهددا حياة المريض من وقت الى اخر ما لم يتخذ الوقاية اللازمة نحو صحته ومن هنا وجب علينا ان ننبه له ويصيب المرض الاطفال عادة ما بين سن الخامسة وسن الخامسة عشرة وتحدث الحمى نتيجة ميكروب موجود عادة باللوزتين ووجود حساسية خاصة في المريض نحو هذا الميكروب وهناك عوامل تساعد على الاصابة بالحمى الروماتيزمية اهمها السكن في جو بارد رطب أو مكان مزدحم كما يكثر المرض في فصل الشتاء وأوائل الربيع وقد لوحظ انتشار هذا المرض في بعض العائلات الامر الذي جعل الاطباء يعتقدون بوجود استعداد خاص في افراد هذه العائلات شأنه شأن مرض

الربيع

إننا نطلع جميعاً إلى الربيع لعذوبة وجمال
ووعوده وقد يعيدنا نقاً ولنا عن مراعاة الحذر
وفي صوصا في فترة تغير الفصول وهي فترة خداعة
ويقترب الربيع يقترب المرض ونزلات البرد. إن أمن
وأسرع وسيلة للعلاج الأنفلونزا، الرشح ونزلات البرد
هي استعمال 'اسبرو' فهو الدواء المنزلي ذو الفعول
العاجل، المحضر في معامل طبية، فصيصة لتوفير الراحة
من هذه المتاعب، إنه يقضي عليها وهي في المهد
'اسبرو' يعمل بسرعة، فيوفر للرأس مساهة هادئة
الشعور بالسخونة ويزيل الصداع ويبرد البرد

اسبرو غير واق لك !

أصبحت باعراض الانفلونزا مصحوبة بالمشديد
بالرأس وهبوط عام - ولما قرأت إعلانكم الفخمة
أردت أن أجرب أقراصكم فوجدتها مدهشة ، فبعد
أن تناولتها شعرت بتقدمي وشفيت تماماً من المرض .
قرص صغير ذو مفعول عظيم هو
قرص اسبرو الذي أزال عني الانفلونزا
والزكام بعد تعاطيه بوقت قصير .
جراكم الله عن الانسانيا خير أئمة

علمي جبريس عبر السبر مبر
الوكلاء : د. فؤاد زكي سمير
مجمع بيا، شريعة ان وشركاه
بشامخ بلاك مصر - بالقاهرة

اشتراكات مجلة بنت النيل

١٠٠	الاشتراك السنوي في مصر والسودان
١٥٠	الاشتراك السنوي في البلاد العربية
٢٠٠	الاشتراك السنوي في الخارج (أو مايعادلها)

ما بين شهر ونصف وشهرين
أما في الحالات التي تصيب
القلب فقد تستمر هذه
الفترة مدة من ٤ الى ٦ شهور
وأهم العقاقير هي سلسلات
الصودا وتعطى بكمية كبيرة
تصل الى ١٢ جم يوميا علاوة
على الفيتامينات وخاصة
فيتامين ث وفيتامين ب المركب
وتعطى المراهم المسكنة
لالتهاب المفاصل والادوية
المسكنة للالام مثل النوفالجي
وقد ادخل حديثا المركب
المسمى كورتيزون وتعطى
بعض المركبات الحديدية

والغذاء: عبارة عن سوائل
بكثرة كالليمونادة واللبن
وعند نزول الحرارة يزداد الى
ذلك شوربة الخضار والزبادي
والكرامة .

وننصح الذين أصيبوا
بهذا المرض أن يبتعدوا عن
الجو الرطب وأن يبادروا
بعلاج التهاب اللوزتين بمجرد
حدوثه أو استئصال اللوزتين
إذا لزم الأمر والعناية
بالأسنان .

كما ننصح بعدم ممارسة
الالعب الرياضية أو القيام
بأعمال ترهق الجسم وذلك
في الحالات التي أصيب
القلب فيها وذلك علاوة عما
ذكر .

وقد تقدمت جراحة القلب
الآن وعملت بالفعل بعض
العمليات وذلك لعلاج ضيق
صمامات القلب الناتج عن
الروماتزم وجميع النتائج
تبشر بالخير

الوقاية : لا يوجد شيء
قاطع للوقاية من المرض
ولكن هناك أشياء مفيدة
مثل استئصال اللوز المتكررة
الالتهاب وعلاج الالتهابات
بأنواعها بمجرد حدوثها
وبعض الأطباء يحدون إعطاء
الأطفال بعض المركبات
كالأوريو ميسين أو
السلفاديازين في فصل
الشتاء .

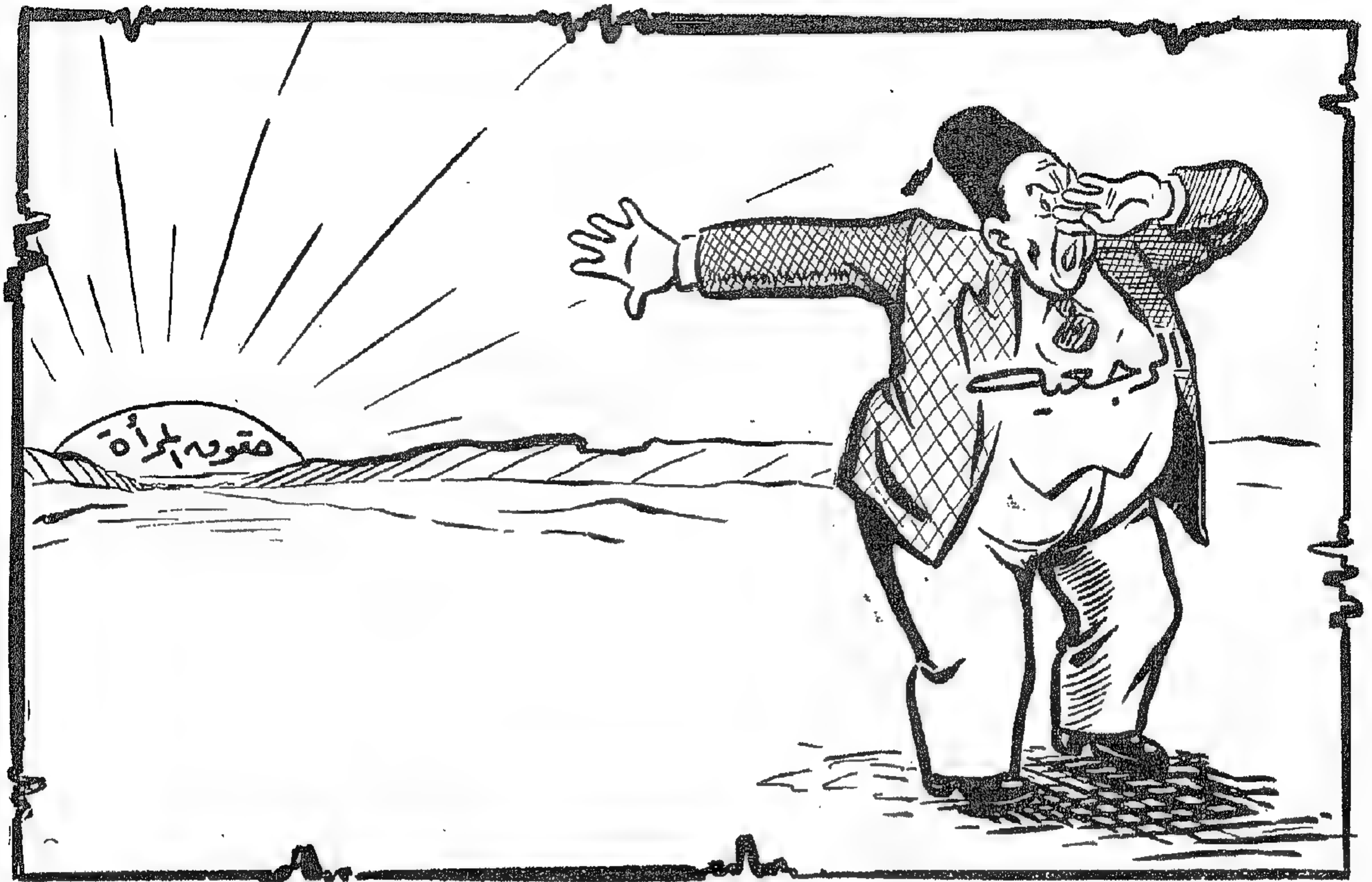
اصطراب في الهضم أو
التهاب في الزائدة الدودية .
وبهذه المناسبة اذكر طفلة
يبلغ عمرها حوالي عشر
سنوات من اسرة متوسطة
تشكو مغصا بالبطن ويشد
أحيانا بشكل يجعلها تصرخ
من الالم وخاصة بالليل
وقد عولجت على أنها حالة
نزلة معوية وقد مضى عليها
شهر وهي مريضة فلما
كشفت عليها وجدت أنها
حالة حمى روماتزمية قد
أصاب القلب . ومن هذا
يتبين الطريقة الخادعة التي
نتبين الطريقة الخادعة التي
الأطفال .

وهناك عوارض أخرى
نذكر منها كثرة العرق دون
سبب يبرره وظهور بقع
حمراء على الجلد وأحيانا
يحدث نزيف تحت الجلد
يكون في شكل نقط حمراء
صغيرة وقد توجد عقد صغيرة
على البروزات العظمية لا تلبث
سوى مدة صغيرة ثم تختفي
وقد يصيب المرض الجهاز
العصبي وينشأ عن ذلك
المرض المسمى (كورية) وهو
عبارة عن هزات غير ارادية
وغير منتظمة باليدين والرأس
والجسم وضعف في عضلات
الجسم كما تؤثر على حالة
الطفل العقلية والنفسية .

وأصابة القلب تحدث إذا
أهمل علاج المرض في أوله
وتظهر في شكل سرعة في
نبضاته والتم بالصدر في
موضع القلب وضيق في
التنفس .

ويصاب القلب بالتهاب في
غشائه وعضلاته وتؤثر الحمى
الروماتزمية على صمامات
القلب مؤدية الى ضيق بها
ينتج عنه لغط ، وفي بعض
الاحيان قد تؤدي الحمى
الروماتزمية الى هبوط في
القلب .

طريقة العلاج: الراحة
التامة في السرير لمدة تتراوح



شوروق

قرأت لك

أثار اضراب السميدات عن تناول الطعام واعتصامهن في نادي نقابة الصحفيين الى أن يجبن الى مطالبهن اهتمام الرأي العام في الداخل والخارج وأفردت الصحافة المصرية والاجنبية صفحاتها لهذا الحدث . وقد قرأنا لك رأيا للاستاذ كامل الشناوى عن حقوق المرأة السياسية بمناسبة هذا الاضراب ، نشرته جريدة الاخبار الجديدة يوم الثلاثاء ١٦ مارس الماضى تحت عنوان:

الاعتصامات

لا تزال الدكتوراة درية شفيق معتصمة في دار نقابة الصحفيين . هي وزميلاتها وقد أضرب بعضهن عن الطعام وقد ذهب فريق من السيدات الى مجلس قيادة الثورة اليوم واعتصمن به تضامنا مع درية شفيق . وقامت حركة أخرى مماثلة في بعض البلاد . وكان لهذه الحركات جميعا دوى كبير في صحف العالم ، ومحطات إذاعاتها وزحفت على دار النقابة آلات التسجيل والتليفزيون وتسجيل هذا الحادث الذى يعد الأول من نوعه فى مصر ! قد ينتهى هذا الحادث بتقرير حقوق المرأة السياسية ومنحها حق الانتخاب والترشيح فى الجمعية التأسيسية ، وفى البرلمان . وقد لا ينتهى الى شئ . ولكن الذى لا شك فيه . ان المرأة المصرية . ستنال

حقها السياسى . واذا لم نعطها هذا الحق . فسوف تأخذه أخذا لان هذا أمر طبيعى ، وما يتنافى مع الطبيعة ، ترفضه الطبيعة ، وكل ما سيحدث ، هو أننا بتأجيل منحها هذا الحق ، سنتيح الفرصة لابنائنا ، وأحفادنا ، لكى يسخروا منا ، ويهزأوا بتفكيرنا وبيننا اليوم من تأخذه الدهشة اذا ما عرف قصة السفور والحجاب ، وكيف أن نساءنا حتى عام ١٩١٩ كن محجبات ، ولم يكن يسمح للمرأة بأن تختلط بالرجل ، ولو كان قريبها . أو تغشى الحفلات العامة ، أو تسير فى الطرقات الا اذا غطت وجهها بالبرقع واليشمك وأسدلت على جسمها الحبر أو الملاية أو الملس !

وعندما قام قاسم أمين بحركة سفور المرأة اتهمه بعض رجال الدين بالكفر والزندقة والمروق ، وبين

رجال الدين فى هذه الايام من ذهبوا ببناتهم الى المدارس الاجنبية ، ومن يشغل بناتهم وظائف الطب والتعليم .

والمعارضون اليوم فى منح المرأة حقها السياسى قديتولون غدا بأنفسهم استقبال المرأة وهي تدخل البرلمان شيخة أو نائبة ، أو وزيرة ، وسوف يضحكون من سخفهم حينما يتذكرون أنهم كانوا يفكرون هذا التفكير فى عام ١٩٥٤ ، بينما كان رجل مثل اسماعيل صبرى يقول منذ نصف قرن « النساء نصف مجموع الامة ، وهيهات أن ينهض مجموع نصفه أشل ! »

لقد اعترف الاسلام بحق المرأة . وأباح لها أن تقضى بين الناس . وكانت احدى زوجات النبی تشتغل بالتجارة ، والاخرى تقود معركة ، فكيف يقف اليوم فى سنة ١٩٥٤ من يقول باسم الاسلام : لا تبيحوا للمرأة أن تكون شيخة أو نائبة ؟

تمارين للوجه

لا تؤمّنى بالتجاعيد : ان التمرينات الخاصة بالوجه سوف تجعلك فى مأمن منها .
اعتنى بعضلات وجهك بأن تجعليه يقوم بهذه الحركات المروسة التى نعرضها عليك .
اجلسى أمام مرآة التمرينات ، كررى ببطء شديد كل مجموعة من هذه الحركات ثلاث مرات . وبعد كل مجموعة قومي بعملية شهيق عميقة مع اغماض العينين ثم اتبعيها بعملية زفير طويلة

١ - لتقوية عضلات العنق :



نقطة البدء : ابعدي مرفقيك عن بعضهما ورأسك مستقيم
ضعي الابهامين على عروق العنق كما هو ظاهر فى الرسم .
اضغطي بباقي الاصابع على الرقبة
الحركات : (١) افتحي فمك مع مد اللسان . حركى الفك
الاسفل من اليسار الى اليمين . (ب) انعكسى الحركة



٢ - لجعل اللسان بيضوية :



نقطة البدء : رأسك مستقيم . مرفساك على المائدة .
احيطي وجهك بيديك وضعي الابهامين تحت اللسان
الحركات : (١) افتحي فمك نصف فتحة (حوالى ثلاثة
سنتيمترات) اخرجي لسانك مع جعل طرفه يتجه الى الانف
(٢) انعكسى الحركة بأن تجعلى لسانك يتجه الى اسفل



٣ - لتقوية الفم والشفيتين :



نقطة البدء : وضعي مرفقيك على المائدة واحيطي وجهك
بيديك على أن تتركز أطراف أصابعك على الصدغين
الحركات : (١) افتحي فمك فتحة خفيفة مع جذب الشفتين
ما امكن نحو الاسنان (ب) قربى الشفتين من بعضهما بحيث
يكونان دائرة كاملة



٤ - لتفادى التجاعيد التى تظهر حول العينين



نقطة البدء : وضعي مرفقيك على المائدة واحيطي وجهك
بيديك بحيث تضغط اطراف الاصابع ضغطا خفيفا على الصدغين
الحركات : (١) افتحي عينك اليمنى مع تسديد النظر الى
املى الصدغ (ب) قومي بالحركة نفسها بالعين الاخرى



٥ - لازالة تجاعيد الجبهة



نقطة البدء : وضعي راحتي يديك على صدغيك مع الضغط
بالاصابع على الجبهة
الحركات : (١) حاولي تقطيب حاجبيك ب« ارفعى حاجبيك مع
تسديد نظرك الى الفضاء . ولكن لا تلبث يدالي الصافطتان
على الجبهة تحولان بين القيام بهذه الحركة على الوجه الاكمل
وهذا هو المراد



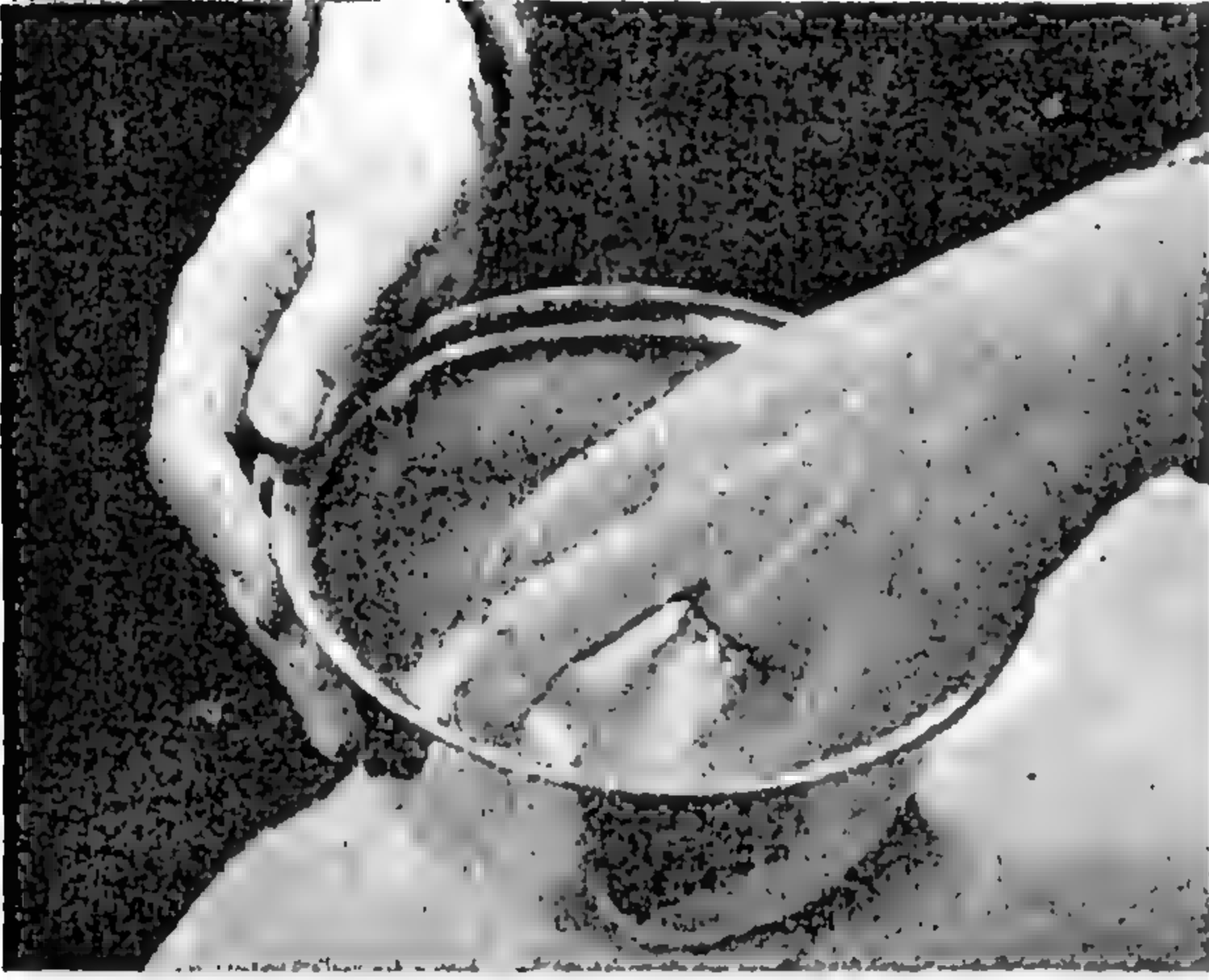
٦ - لتستريحى :

نقطة البدء : وضعي مرفقيك على المائدة واربعى رأسك على يديك مع عدم شد عضلات
الوجه . وضعي على عينيك يديك بعد تغييرهما بحيث تغطى اصابع اليد اليمنى اصابع اليد
اليسرى فيكون الظلام على عينيك كاملا
الحركات : اغمضى عينيك الى أن تشعرى بحرارة قوية عليهما . وفى هذه اللحظة مع
المحافظة على الظلام التام ، افتحي واقفلى عينيك ببطء مع التنفس بعمق لمدة عشر دقائق
على أكثر تقدير



أظافرك كيف تعين بها..؟

لا تهمل يديك لاي سبب من الاسباب • فمن واجبك ان تعنى بها مثل عنايتك بوجهك • ولا تنسى ان اغلب الناس يعلقون على الايدي اهمية كبرى • فيحكمون بواسطتها على طباع صاحباتها وأذواقهن وعوائدهن • ان الايدي الجميلة ليست وقفا على الجميع ولكن هذا لا يقلل من اهمية العناية بها •



٢ - اعدى حمام ماء دافىء بعد اذابة بعض الصابون فيه • وضعى أصابعك فى هذا الحمام وبعد ذلك يمكنك ابعاد الجلد بسهولة •



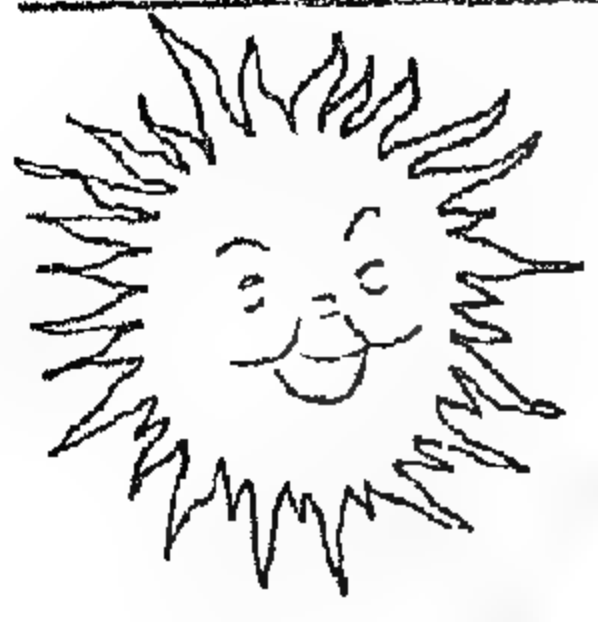
١ - قصى أظافرك متبعة ما استطعت شكلها الطبيعى • أبرديها بعد ذلك بعناية وخفة بمبرد ناعم جدا • واحرصى دائما على شكل الاظافر •



٤ - لا تستخدمى مبردا من الصلب لتنظيف الاظافر حتى لا تجرحى اصبعك أو تقشرى ظفرك • فالأفضل لك أن تستعمل عصا دقيقة من خشب شجر الزيتون •



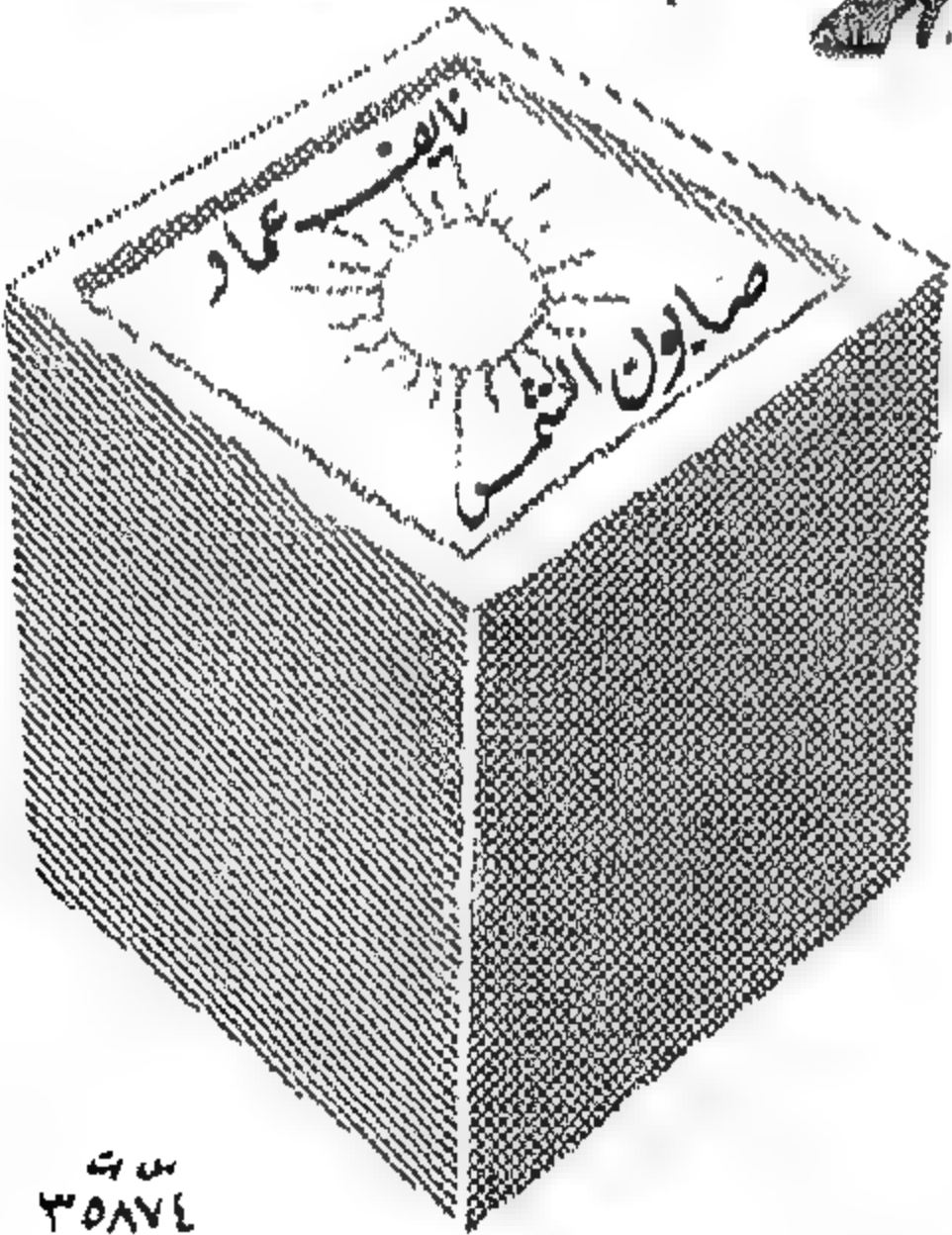
٣ - لابعاد الجلد لا تستخدمى الا أداة مصنوعة من الخشب أو الافضل من ذلك استعمال أداة مغطاة بالمطاط ذلك أن الحديد قد يجرح الاصبع ويقشر الاظافر •



صابون

الشمس

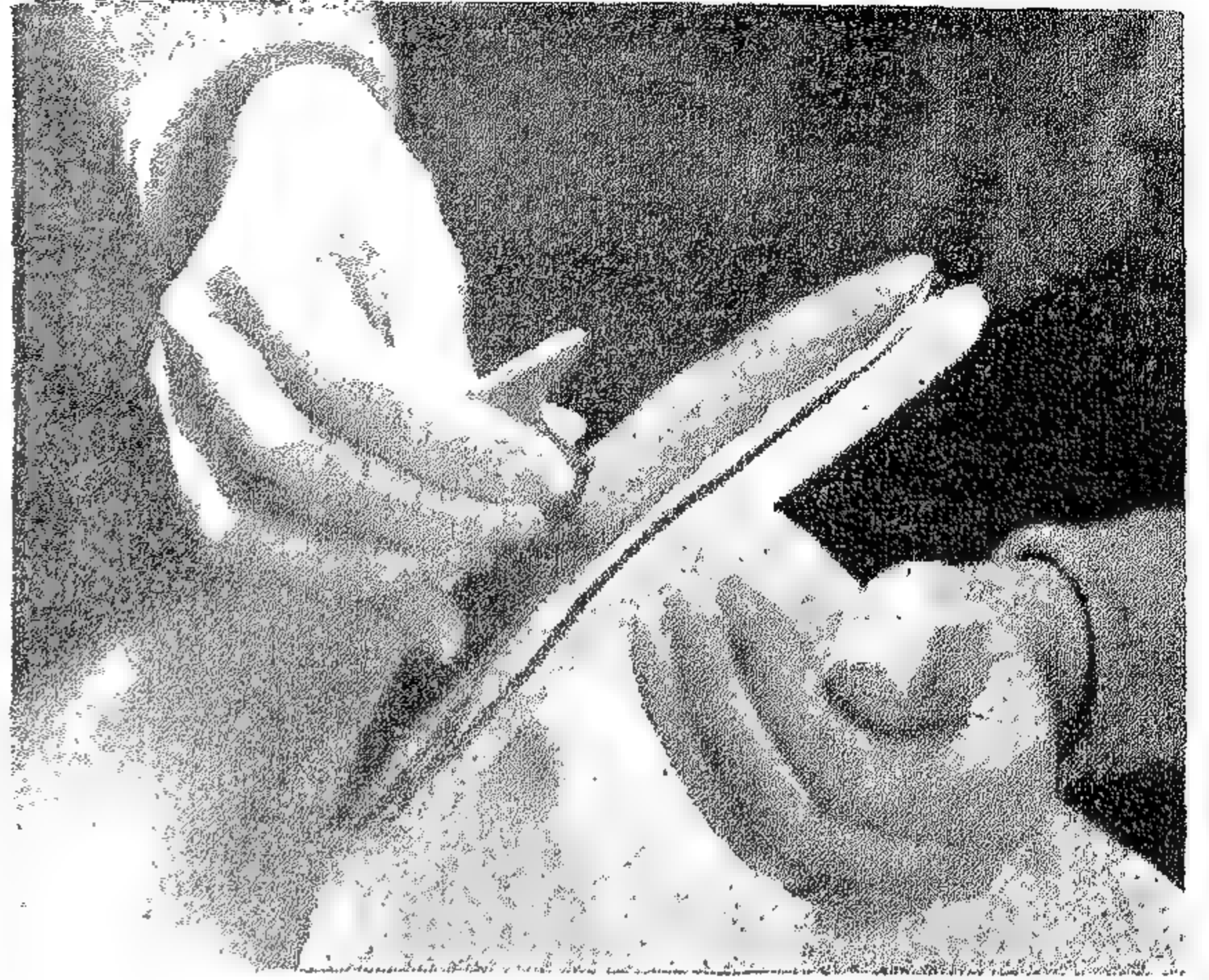
صابون للفضيل



أكثر الأصناف انتشاراً في الأسواق

يرغب بسرعة ويذوب ببطء

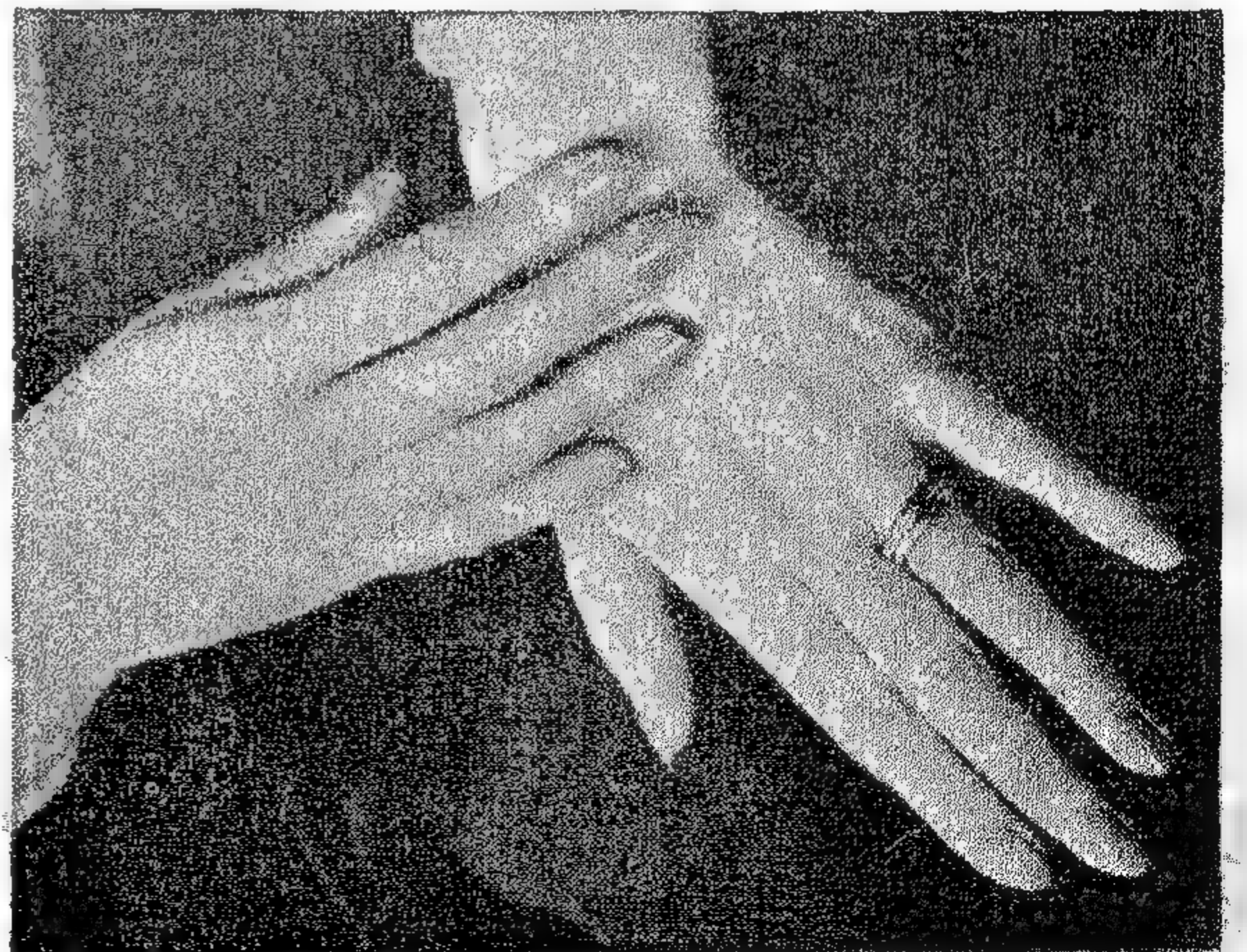
الإنتاج المنزلي
الجديد
المركز الرئيسي: طرقات ٣٣.١ / ٤٩٧ القاهرة - ٢٥١٢
٢٦١٥٩٤



٥ - حتى لو كان من عادتك تلوين أظافرك فإنه من الأنسب تلميعها بانتظام لتبدو أكثر بريقاً ونظافة . وفي هذه الحالة يمكنك عدم دهنها .



٦ - حاولي ما أمكن جعل لون دهان أظافرك ينسجم مع لون أحمر شفاهك . . احرصي على ألا يتعدى اللون قاعدة الظفر لتتيح له فرصة التنفس .



لكل وجه تسريحة



لقد اكتفت بان تمشط شعرها الى
خلف على النحو الذى تربنه فى الصورة
الصفوى • اما فى الصورة الكبرى فقد
اختارت تسريحة تتلق وشكل وجهها •
انها فرقت شعرها وقصته قليلا وجعلت
خصلاته تنهوج على جبهتها •



هى سيدة قد بلغت الخمسين من
عمرها تركت شعرها بدون تنظيم
وبدت كأنها فى الستين • اما الصورة
الكبرى فانها اهتمت بتصفيف شعرها
لعاد اليها شبابها وزاد جمالها •
انها تسريحة بسيطة لا تحتاج الى بذل
اى مجهود •

نحن أيضاً عندنا ماكينة خياطة جميلة بورليتي



ان كل أسرة - حتى ولو كانت قليلة الدخل - في استطاعتها اليوم أن تقتني ماكينة خياطة جميلة ماركة « بورليتي » . فلماذا لا تقتني أنت أيضاً ماكينة ياسيدتي العزيزة ؟

ان مشكلة الدفع قد حلت . اذ انه اصبح في استطاعتك الحصول على ماكينة « بورليتي » في أى وقت تشائين وتدفعين ثمنها بكل سهولة . وحين ما تدخل تلك الماكينة بيتك تصبحين من أسعد النساء في العالم .

يا لها من ماكينة خياطة مذهشة ! فانها لا تحدث صوتاً ، فضلاً على متانتها ودقتها وسهولة استعمالها . . . لقد اختير لونها الأخضر بعد أن ثبت علمياً انه يريح النظر . أما عن أناقتها وجمال قاعدتها الخشبية فحدثي ولا حرج .

مضمونة ٢٥ سنة

صمم هذه الماكينة مصنع له خبرة خمسين سنة في الميكانيكا ، البالغة الدقة ، وان « بورليتي » يضمن ماكيناته خمس وعشرين سنة . وفي مقدورها أن تنفذ أصعب الخياطات بأسهل وأبدع ما يمكن .

“BORLETTI”

القاهرة : شارع توفيق (عمارة شل) ت ٢٥٢٠٦

الاسكندرية : ٢٢ شارع سعد زغلول باشا ت ٢٧٨٢٩

س ٣٩٩٦٤

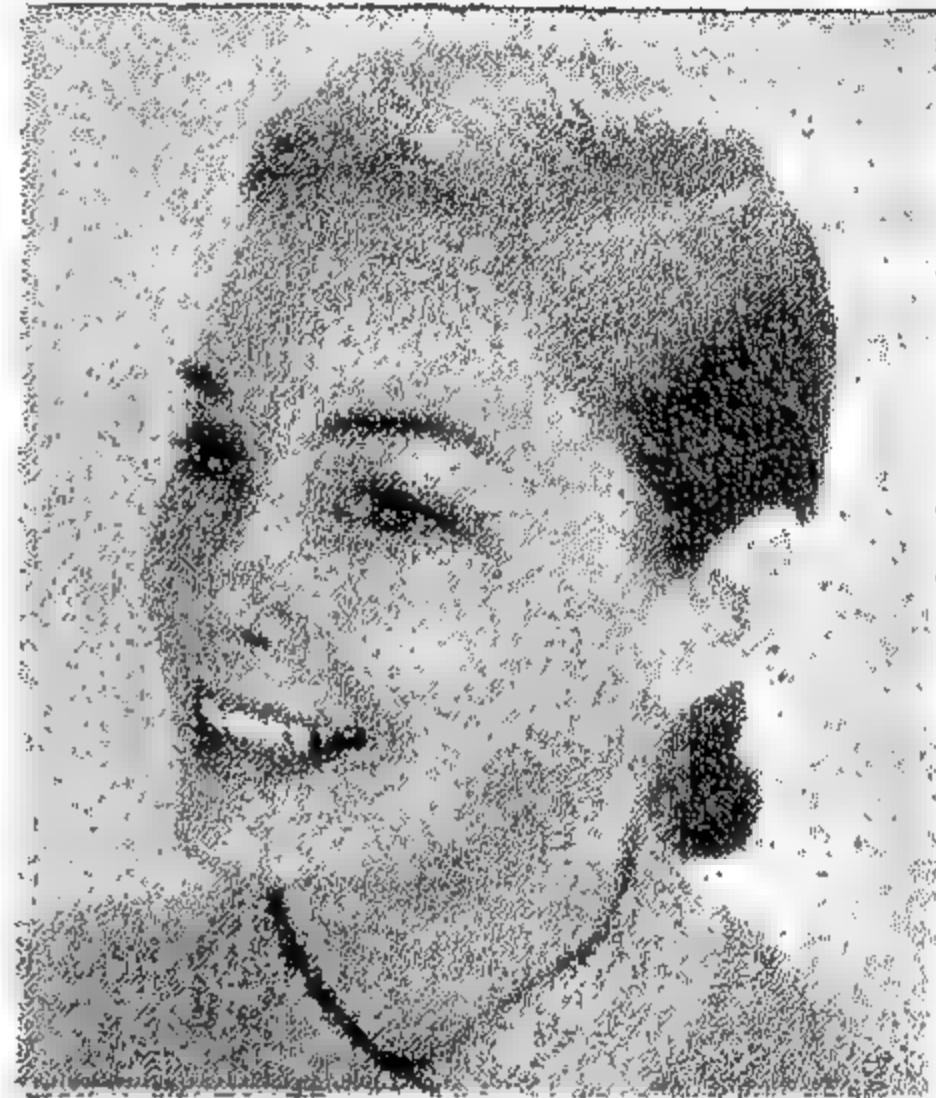
مجاناً كوبون B

أرجو ارسال كتالوج ماكينة « بورليتي » مع البيانات الخاصة بتسهيلات الدفع التي تمنحونها لزملائكم دون أى ارتباط منى .

الاسم

العنوان

هل تسريحتك تتفق وشكل وجهك ؟ لا شك أن هذا السؤال مر بخاطر كل ولكنك أرجأت الإجابة عليه فراراً من الحقيقة وهي أن التسريحة التي اخترتها لنفسك لم تتوحي فيها القاعدة التي سار عليها هذا الحلاق الذي يعرض أمامنا ثلاثة أمثلة لثلاثة وجوه مختلفة . لقد أثبت بالبرهان القاطع أن التسريحة المناسبة تخلق الوجه خلقاً جديداً وأن التسريحة غير المناسبة تفقد الوجه سحره وتقلل من جماله



انها في الصورة الصغرى فرقت شعرها على الجانب وشدته الى الخلف بعد ان رفعت عن اذنيها . أما في الصورة الكبرى فقد اختارت لنفسها تسريحة أخضرى مناسبة . لقد عملت فرقاً في وسط رأسها وسرحت شعرها الى جانب وإلى الامام .

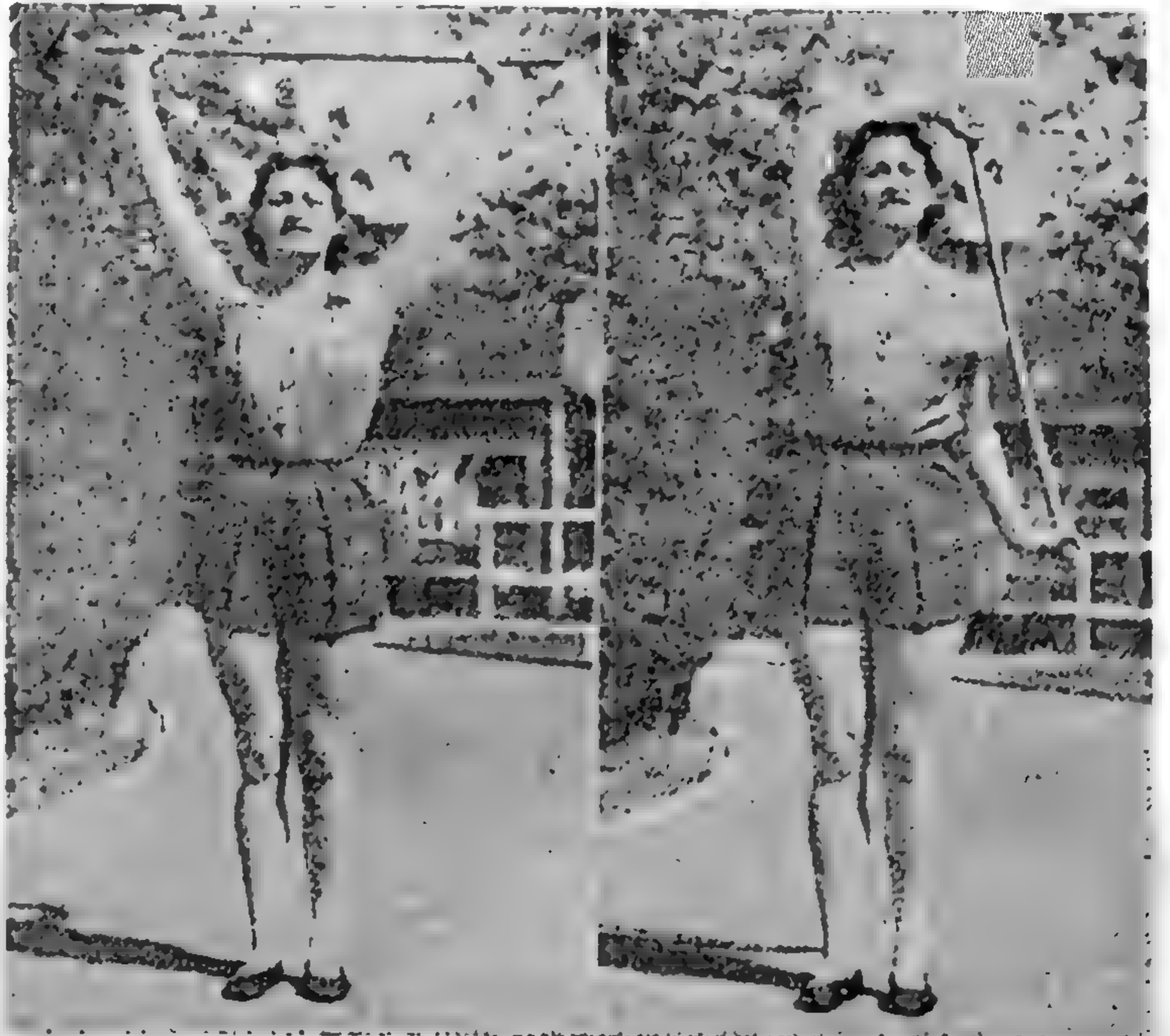


هذه التمرينات تزيد من رشاقة



التمرين الاول :

قفى معتدلة واشددى ساقيك جيدا مع ضم القدمين وامسكى بيديك العصا خلف ظهرك تحت الكتفين مباشرة . الردى ذراعيك الى الخلف فى مستوى افقى . مودى الى الوضع الاول ثم الردى ذراعيك الى الخلف متجهة الى اسفل قليلا كما هو ظاهر فى الصورة مودى الى وضعك الاول ، وهكذا . كررى كل حركة عشرين مرة .



التمرين الثانى :

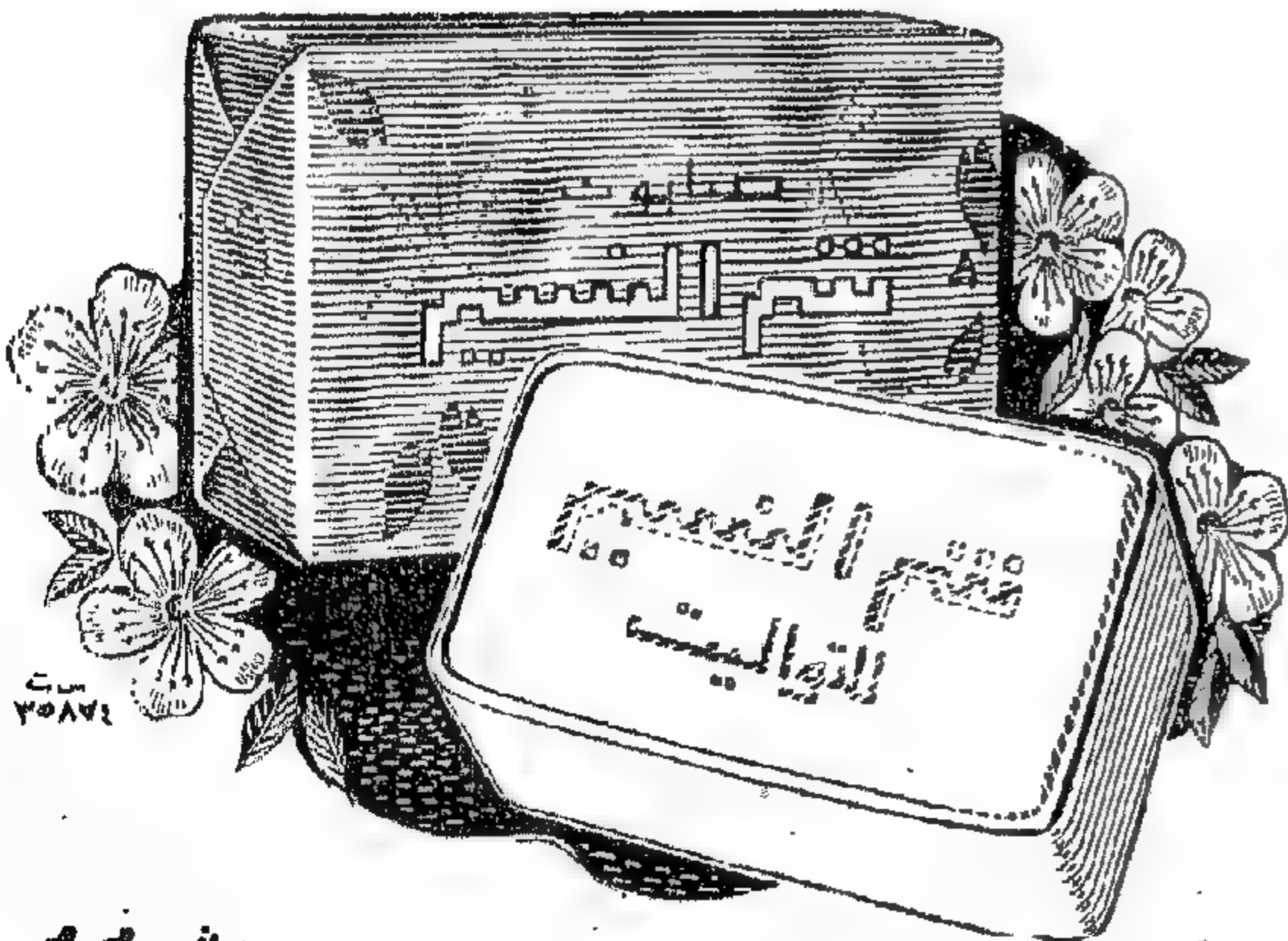
قفى معتدلة واشددى ساقيك وارفعى ذراعيك وامسكى بيديك عصا بحيث تكون اليدين بعيدتين عن بعضهما بمقدار ٧٠ سم . اميلى العصا مرة الى اليمين ومرة الى الشمال كمنا هو مبين فى الصورة ولتكن العصا اقرب الى الوضع الراسى ما أمكن . كررى التمرين عشرين مرة لكل جهة .

للصحة ولطفلك !

الصحة
والنضارة

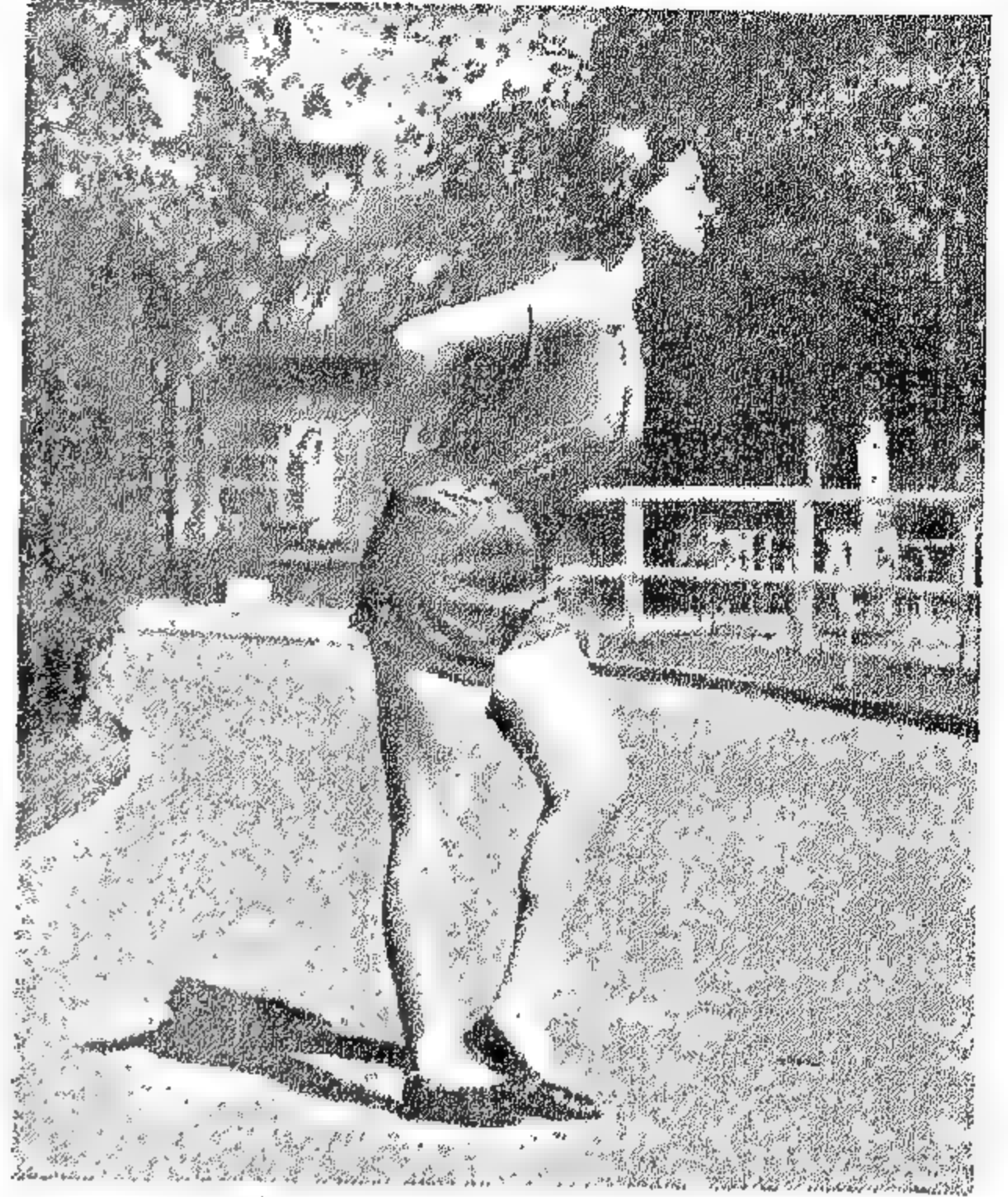


نقاوة مواد
سدر بياضه
النصاصع



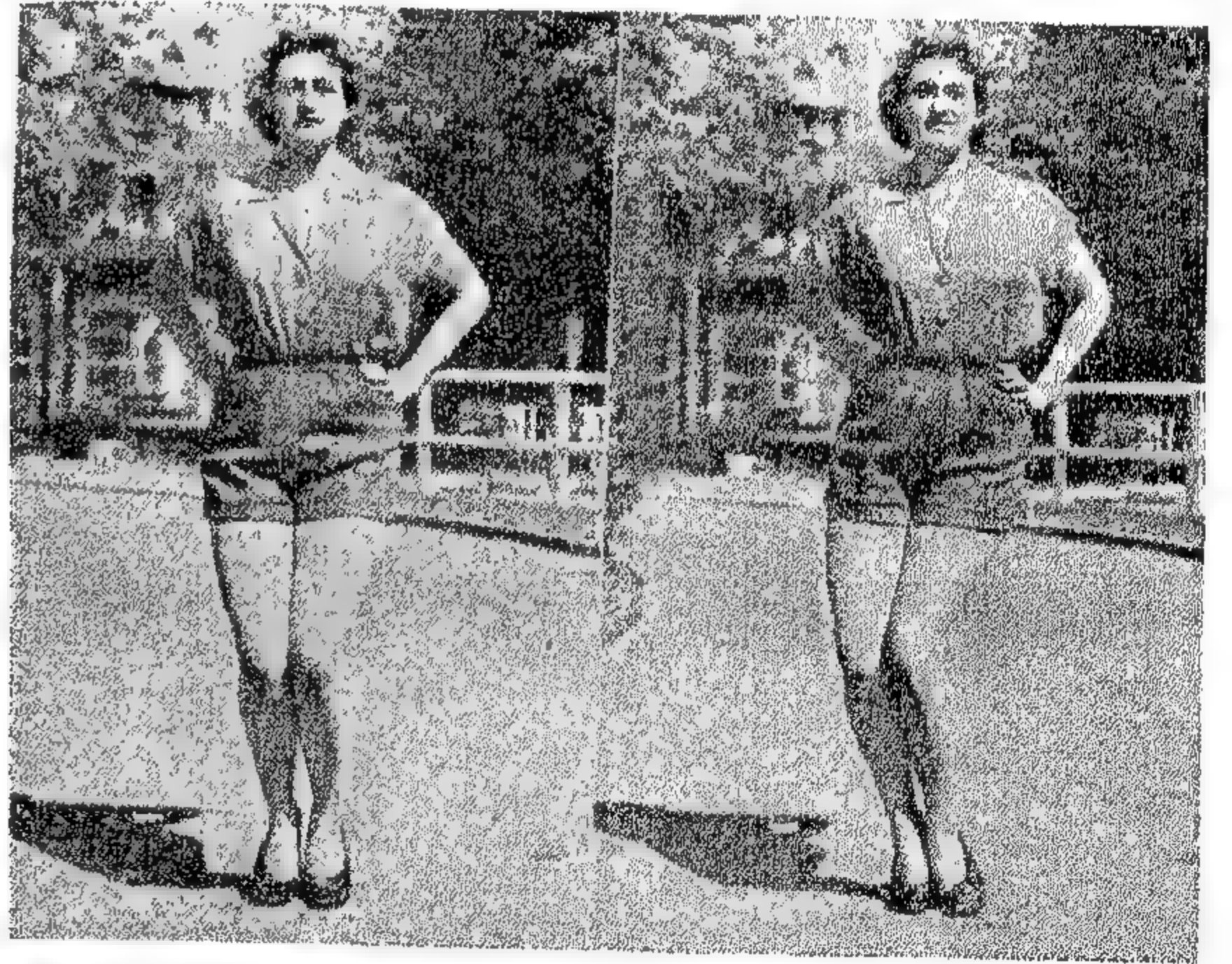
الاشراج المناء
المجديد
شركة مصانع الرغوت والصابون
نايف عماد سابقا

المركز الرئيسي : طنطا ٣٣٠١ / ٤٩٧ ، القاهرة ٢٤١٠ ، اسكندرية ٢٦١٥٩



التمرين الثالث :

قفى واضعة يديك على خصرك مع ثنى الجزء قليلا
الى الامام • ارفعى فى آن واحد كعب احدى القدمين
مع طرف الاخرى • غيرى الوضع • كررى الحركة
خمسین مرة •



التمرين الرابع :

قفى وضعى يديك على خصرك • ضمى ساقيك وارفعى كعبيك •
ميلى وانصب فى هذا الوضع قارة الى اليمين وقارة الى اليسار مع الحرص
على ضم الركبتين • كررى هذه الحركة عشرين مرة •

ما زلنا نلج عليك بان تقومى يوميا بالتمارين الرياضية
التي ننشرها لك على هذه الصفحة من بنت النيل • وما نحن
اولاء نكرر هذا الالاحاح بعد ان تبين لنا ان عددا من قارئاتنا
العزيزات يكتفى بقراءة التمرينات والتطلع الى صاحبة القوام
الممشوق التي تقوم بتأديتها • اننا لا نطلب منك يا سيدتى اكثر
من عشر دقائق يوميا • هيا جربى تمرينات هذا الشهر ...
انها سهلة • اليس كذلك ؟

طقم راغالى من قماش الكريب دى شين

الكيلوت الجزء الامامى ٢ ، ١

مكرر : يقص بحيث يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو موضح .

الظهر ٢ ، ٢ : مكرر : يقص اتجاه نسيج القماش كما هو موضح .

بين الساق ٣ ، ٣ مكرر : يقص الوسط فى اتجاه نسيج القماش

اعداد الشغل والتفصيل :

يجب استعمال عرض القماش كله . حتى اجزاء الباترون المختلفة على القماش كما هو مبين امامك فى الرسم . علمى بخيط السراجة حول الاجزاء ولا تنسى تعليم الوسط وموضع الدانتيل الخ .

وعند القص لا تنسى أن تتركى مسافة للخياطة والاورليه لاننا لم نعمل حسابهما فى الباترون .

تركيب اجزاء الكومبينزون :

ضعى الجزء الامامى على الجانب الامامى .

ضعى بعد ذلك الامبيسمان .

ضمي الظهر الى جوانب

الظهر وأخيرا الجزء الامامى مع الظهر : الفقى الكلى .

إقلى واعمل الخياطات

بغرزة باريس . وان أردت

عمل الخياطات على الطريقة

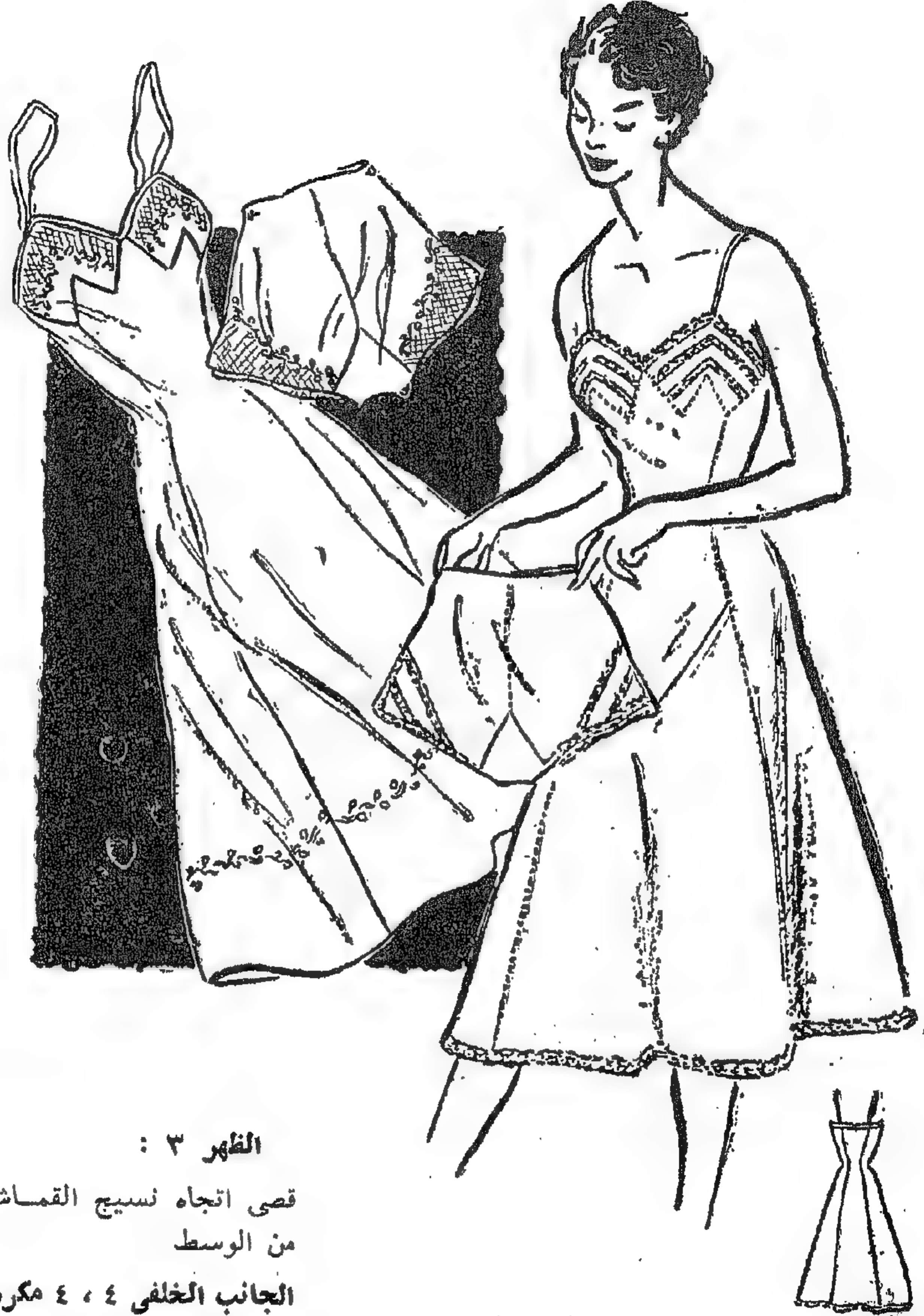
الانجليزية فما عليك الا أن

تضمي الجزء الامامى والجزء

الخلفى مع وضع القطع على

وجهها . الفقى الخياطات من

الجانب بغرز صغيرة امامية .



الظهر ٣ :

قصى اتجاه نسيج القماش من الوسط

الجانب الخلفى ٤ ، ٤ مكرر :

تقص مع وضع اتجاه نسيج

القماش كما هو موضح فى

الرسم .

امبيسمان ٥ ، ٥ مكرر :

قصى اتجاه نسيج القماش

فى المنتصف (انظرى الى

الرسم)

لعمل هذا الطقم الجميل .

الكومبينزون الجزء الامامى ١ :

قصى منتصفه فى اتجاه

نسيج القماش .

الجانب الامامى ٢ ، ٢ مكرر :

قصى اتجاه النسيج كما هو

مبين فى الرسم

يتألف باترون

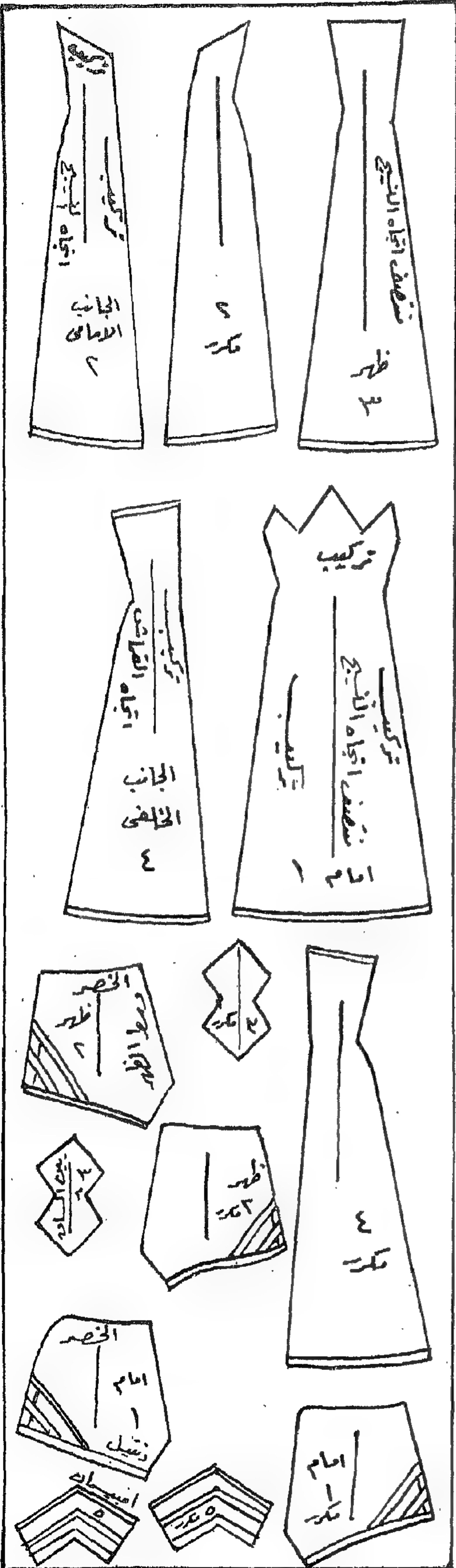
الكومبينزون من خمس قطع .

أما باترون الكيلوت فانه

يتألف من ثلاث قطع فقط .

وأنت فى حاجة الى ٣١ سم

من قماش عرضه ٩٠ سم



ساق الكيلوت وفي الاماكن
المشار اليها • اعملى أورليه
فى أعلى الكيلوت عند الخصر •

اكوى الكل بمكواة
متوسطة الحمى بعد أن تكونى
لفقت خياطات الامبيسمان •

ملحوظة :

تصلنا يوميا عشرات
الخطابات تطلب مرسلاتها
فيها عمل باترونات للملابس
الداخلية • وها نحن أولاء
قد لبينا الطلب وسنسى
جاهدين الى تلبية كل طلب
ترسله قارئتنا العزيزات
ان كان فى وسعنا تلبية •

واننا نرجو بهذه المناسبة
أن تتوخى القارئة الدقة فى
اتباع الشرح المنشور على
هاتين الصفحتين ان أرادت
أن يكون ما تلبسه ملائما •
كما نرجو ألا تنسى عمل
حساب الخياطة أثناء قص
القماش والا جاءت الملابس
ضيقة • واعلمى أنه ان أردت
أن تكونى أنيقة وجب عليك
أن تكونى دقيقة •

اقلبي الكومبينزون • اظهرى
الخياطة جيدا وخطى من
جديد عرض الخياطة بغير
أمامية • اكوى على المقلوب
لتمهيد الخياطة ثم على الجزء
الاسفل • ضعى الدانتيل
على الوجه وفى الاماكن
الموضحة • الفقى واعملى غرزة
البوردون حولها • قصى بعد
ذلك القماش الموجود تحت
الدانتيل •

الكيلوت : ضعى جانبى
الكيلوت الامامين الواحد على
الآخر • الفقى • واقلبي
واعملى غرزة باريس • قومى
بنفس العملية بالنسبة
للظهر • ضعى بين الساق
على الامام والخياطة الامامية
بين قطعتى بين الساق •
الفقى وخطى • قومى بنفس
العملية بالنسبة للظهر •
اعملى خياطات انجليزية من
كل جانب • لا تذهبي الى أعلى
لكى تحصلى على فتحة • اعملى
دخلة تكمل خياطة الجانب •
طرزى العروة • خطى الزر •
ضعى الدانتيل على حافة

كوبون باترون بنت النيل

هل تريد الحصول على باترون هذا الطقم الداخلى ؟
تقدمى بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨
شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعد يبدأ فى ٦
أبريل سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه •

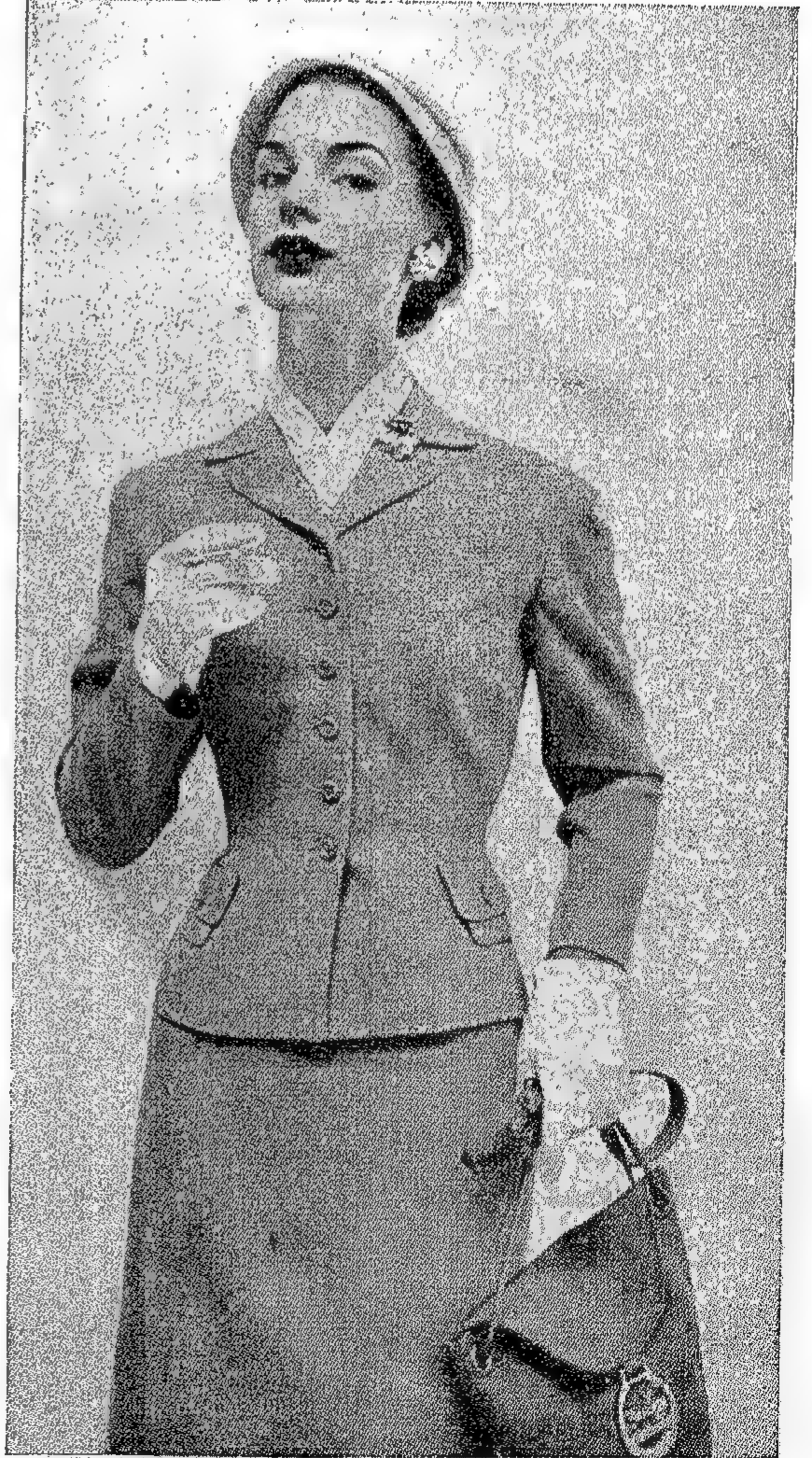
ملحوظة : وان كانت القارئة خارج القاهرة أو
جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على
العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمسة
قروش لتغطية مصاريف البريد • مع ذكر الاسم
والعنوان بالكامل •



أقبلت النساء في أوروبا على ارتداء التاييرات اقبالا منقطع النظير حتى أصبح هذا الطراز من اللباس حاجة من حاجات العصر الحديث . وما كان من بيوتات الأزياء الكبرى الا أن وضعت عددا كبيرا من هذه التاييرات وعرضتها للبيع في محلاتها . وهذا التايير الذي تقدمه على هذه الصفحة واحد منها . انه من نسيج الصوف الخفيف المنقط بنقطة صغيرة . ويلاحظ ان اللابات الياقة مقلمة كذلك للابات الأكمام كما هو ظاهر في الصورة



تاير من الصوف الكماح المنقط • الجونية من نفس القماش ولكنها جعلت بليسيه ، انه لون جديد من ألوان التايرات التي انتشرت في كل مكان • ويلاحظ على جاكيت هذا التاير انه ضيق الاكمام والخصر • وفي الاستطاعة أن ترتديه السيدة في الصباح وبعد الظهر دون أن تكون موضع نقد



لقد شاع ارتداء هذا التاير في عواصم أوروبا وأمريكا وقد صنع من الفانلة الخضراء ويلاحظ أن الجاكيت ضيقة ضيقا معقولا • وقد قفلت بأزرار مستديرة صغيرة • الجونية متوسطة الاتساع بسيطة التفصيل



يمتاز هذا التاير
بجيوبه المرتفعة التي
تصل الى ما فوق
الصدر . الاكمام
وجلان



قلابات وياقة ذات زاوية
مستديرة . جيوب داخلية ابتكار
صانع الازياء الفرنسي المعروف
بـ فيل .



جاكيت مقلمة بمئات
الخطوط مختلفة الالوان
الازرار وحلية الياقة
اساور الاكمام
واجيوب من لون
الجونيعة

صوف وحرير
ومربعات واقمشة
اخرى لتايرات
هذا الموسم



جاكيت ذات تفاصيل
حديثه الجيوب واسية
والريلير ضيق عمل
هيئة شال



هذا التايير المبتكر من
تصميم صانع الازياء
المروف « فيل »
ويمتاز بياقة فستونية



تمتاز هذه الجاكيت
بفتلاتين طويلتين
يجبين على هيئة فستونين
الجونية بسيطة ليس
لها تعقيد



جاكيت وبلوزات وفساتين لفصل الربيع وامسياته

هل تنتظرين حدثا سعيدا ←

تايير من الصوف الازرق الخفيف



شيميزيت من الساتينيت المقلم





بساطة وأناقة

الصفحة المقابلة الصورة الاولى : تاثير للحوامل
من قماش قدم الدجاجة • ويلاحظ أن الازرار
الاربعة التي تقفل الجاكيت مرتفعة الى أعلى قليلا •
الصورة السفلى الى اليمين شميزيت من الساتينيت
المقلم بأكمام ضيقة تصل الى ما تحت المرفق قليلا •
أما الصورة السفلى الى اليسار فهي للتاثير بعد أن
ارتدت صاحبتها الجاكيت ذات الياقة المستديرة
المقفلة • الصدر متسع والخصر ضيق يقفل بزر
آخر • الجونيلة بسيطة فيها بعض الضيق • وقد
نشرنا على هذه الصفحة ثلاثة نماذج لما يجب أن
تكون عليه ملابس الربيع • فالثوب الاول من قماش
الفيلافيل الرمادي والمحل بياقة مبتكرة من قماش
البيكيه • الصورة السفلى الى اليمين مارينير من
الصوف الخفيف الابيض انها ترتدى للترييض
صباحا وبعد الظهر في النادى والحدائق • أما
الصورة الاخيرة فهي لثوب مكون من قطعتين من
قماش الكريبالا • ويلاحظ أن البلوزون بليسيه
بأكمام واسعة ذات أساور ضيقة ويقفل بخمسة
أزرار مستديرة بسيطة

للصباح وبعد الظهر



للتنزهات والرياضة



ثوب وجاكيت وبلوزة نورماندية من مبتكرات باريس



لقد اصبحت الاناقة صناعة يعمل بها الاوربيون

ثوب من الجرسية بياقة وبانسات عند الخصر • ثوب من قطعتين من القانلة الصغراء لون الرمل • الكتفان عريضان بفعل الاميسمان • اما الصورة الثالثة فهي لبلوزة نورماندية مصنوعة من الجوخ الاحمر ترتدى في ليالى الربيع الباردة

اربع بلوزات مبتكرة

الصورة الثالثة والرابعة لبلازة واحدة من الامام والخلف والتي
الوحيد الذي يلتفت النظر دعامه الاكمام فهي متلخصه
الساخا مبالغا فيه وننتهي للملابس مملكتين بزر

بلوزة بطوط مسطحة وياقة ضيقة ذات لآلات صغيرة
الاكمام قصيرة بلايات بلوزة من قمم مخطط الياق
ضيقة والاكمام طويلة تشبه قمم الرجال



ما زال الشعر قصيرا وقد رأى أحد
حلاقى باريس أن يسرح شعر هذه
الحسناء على طريقته هذه المبتكرة
بعد أن حلت جيدها بعقد من حبات
اللؤلؤ



وهذه تسريحة أخرى اعتمد مبتكرها
على تجميع الشعر ثم تهويجه
وتسريحه الى الخلف تاركا خصلة
قصيرة حائرة على الجبهة . ويغطي
الشعر جزءا من الاذن



تسريحات
مبتكرة
من باريس

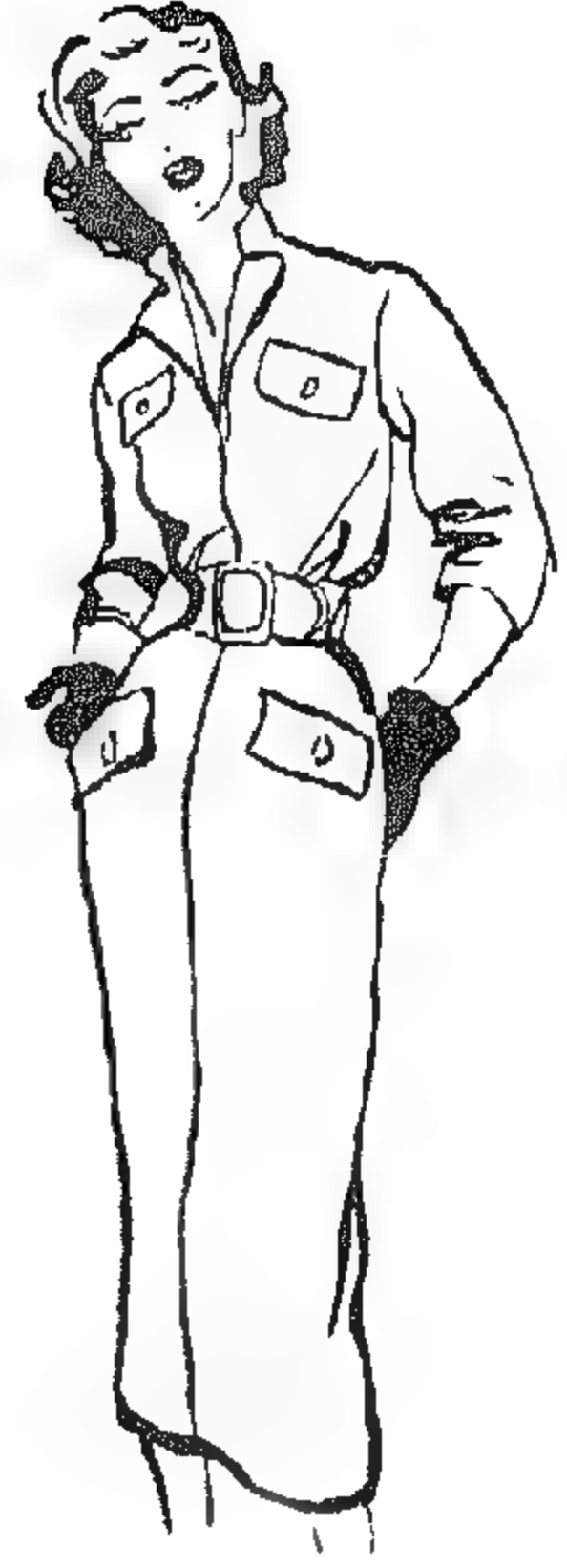


ثوب للسهرة هو أول ما وصلنا هذا الموسم من أزياء باريس ويلاحظ أنه مصنوع من قماش الدانتيل
والاورجاندي وحل الحصر بحزام من الشريط المحلى بلبيبه • واستعاضت صاحبتة عن الاكمام بهذا القفاز
الابيض الذى يصل الى ما فوق المرفقين محاولة بذلك اخفاء ما يمكن اخفاؤه من الدراعين



جاكيت زرقاء ذات خصر ضيق وجونيلة واسعة بثنيات عريضة جات خير مكمل
لهذا الانساميل البديع





ثوب من الحرير الصناعي المطبوع بياقة مكشكشة وقد ارتدت صاحبه عليه معطفا خفيفا ليلاي
الريبع الباردة



ثوب من القطن البروشييه
الطبوع وكورساج بحمالات
صناعة ايطالية من محلات بوتنج



قطعتان من الصوف الرمادي
هكونتان من سبنسر بثلاثة ازرار



اننا نقدم لك على هذه الصفحة والصفحة المقابلة مجموعة
من الثياب التي تصممها محال الازياء التي تباع للطبقة
المتوسطة في أوروبا وأمريكا • وانك ستلاحظين أنها
من النوع الذي يميل الى البساطة • أما القماش فهو
أيضا من الذي لا يكلف كثيرا • ان الاناقة يا سيدتي
لا تكون بالثياب الغالية والموديلات الوحيدة بل بالبساطة
وارتداء ما يناسب • ان هذه الثياب ستكون بلا شك
موضع اعجابك فاخترى منها ما يناسبك



كورساج مفتوح وجونيلة مخططة بخطوط
لون لوس قزح



وهذا ثوب تواليت آخر استرعى الانظار
في حفلة العرض التي اقيمت في برلين



قدم هذا النموذج البسيط بيت من
جيوئات الازلياء الالمانية المرولة



الى اليمين : ثوب نال
اعجاب الجميع وقد عرض
في فرانكفورت في
اوائل هذا الشهر



بلوزة متعددة الالوان
وياقة من الديكولتيه ،
اما الجونيلة فهي يضاء
بحبيبين عربطين

لكل مناسبة . للصباح والمساء

ثوب ستينو اسود على اصفر
بديكولتيه واسم . وقد
استعاضت صاحبتة عن الاكمام
بهذا القفاز الطويل



ثوب ازرق معلى بازرار وعراوى
مطبوعة عليه بالابيض .
البطانة حمراء



تلبية لرغبة قارئة من سوهاج ننشر هذه الفساتين
الاربعة • لقد طلبت أنواعا مختلفة من الثياب
لمختلف المناسبات فاخترنا لها ما تريد واننا نرجو
أن نكون قد وفقنا في الاختيار • لاحظي أن الثوبين
المنشورين على صفحة ٤٠ لا يلبسان الا في الافراح
وحفلات الاستقبال الكبرى • أما الثوبان الاخران
فانهما أميل الى البساطة

ثوب من الشانتونج المطبوع
يمتاز بثبات كثيرة عند
الردفين • اما الازرار تبدأ
عند الياقة وتصل الى ما تحت
الخصر



ثوب من التفتاء الأزرق مفتوح
اعل الى اسفل وقد زود بأزرار
صغيرة وحليت الياقة بكولة
من البيكيه وفيونكة





ثوب آخر لطالبات الجامعة أو اللواتي يشتغلن في
الشركات والبنوك • لقد صنع من القماش المربع الأبيض
وازرق وحليت الجونية بقطعتين جانبيتين من اللون الأزرق



ثوب عدل من الجبردين الخفيف المقلم أو أى قماش لطيف
يرتدى في الصباح • وقد اختارته سيدات باريس
وفتياتها ليذهبن به الى الجامعة أو الى محال أعمالهن •
انه سهل بسيط



ثياب سهلة الصنع رخيصة



فى الزاوية العليا معطف من الجبردين بياقة مقفولة وبجيبين على الصدر
وأخرين جانبيين • انه فى الاستطاعة تحويله الى ثوب يلفت الانظار
ولا يحتاج لذلك اكثر من حزام يربط عند الخصر • لقد تحول المعطف
فأصبح ثوبا غاية فى الجمال

انه نفس الثوب الذى ترين صورته فى الصفحة
المقابلة بعد ان خلعت صاحبتة القطعتين
الجانبيتين الزرقاوين • لقد بدأ الثوب جميلا ،
واننا نفضله شخصا على هذه الحالة الاخيرة

ثياب سهلة الصنع رخيصة

بشائر الصيف في ازياء اوروبيا



ان هذه القبة ذات الحافة العريضة المصنوعة من القش الخفيف وهذا

المصدر الديكولتيه والاكمام القصيرة والقماش البوبلين المشجر ينتظر

فصل الصيف



هذا ثوب آخر من مجموعة
الثياب المعروضة لفصل الربيع
والصيف ، انه يرتدى فى حفلات
الصيف الساهرة ، وهو من
من نسيج القطن الابيض والاسود
الخفيف

تبدأ بيوتات الازياء فى باريس ولندن وروما
ونيو يورك استعدادها لفصل الربيع
والصيف من شهر يناير فتضع التصميمات
وتحرص كل الحرص على ألا يخرج تصميم
منها الى بيت آخر . ويمنع الصحفيون
والصحفيات من دخول تلك البيوت الى أن
ينتهى كل واحد منها الى وضع الخطوط التى
يجد أنها مناسبة للفصل الذى سترتدى فيه
وقد وصلنا فى هذا الشهر عدد من النماذج
لما ستكون عليه ثياب السهرة لفصل الربيع
والصيف واختار لها مصمموها أنسجة
بيضاء صنعت خيوطها من القطن المصرى
الممتاز وان الثياب التى نقدمها هنا لن
تكلف كثيرا



ان هذا الثوب البديع من ضمن
ما قدم موسم الربيع والصيف ،
انه من البوبلين الابيض المحلى
باشكال هندسية

اختصرى ٣ غرز في بداية الثمانية
اسطر الانية ثم انهي جميع الغرز
الباقية ١٣ غرزة .

السفرة :
خيطى الاكتاف .

السطر الاول :

امسكى الشغل والجهة المعدلة
مواجهة لك اوصلى الخيط في وسط
الظهر ومستعملة الابرة نمرة ١٩ القطى
غرزة ثم (اعلى عقدة اتركى ٣/٨
بوصة من حانة السفرة ثم القطى
غرزة اخرى ثم ادخلى الغرزة
الملقوطة من الغرزة الموجودة وبذلك
تكوينين قد عملت عروة) اميدى ما
بين الاقواس ١٥ مرة تكوينين وصلت
الى الكتف الايسر ثم اميدى ٤٤
مرة تكوينين قد وصلت الى الكتف
الايمن ثم اميدى ١٦ مرة تكوينين
قد وصلت الى وسط الظهر بجانب
الغرزة الاولى .

السطر الثانى :

ارجعى اشتغلى عقدتين - القطى
غرزة ما بين العقدتين السابقتين
ثم مروى الغرزة الاولى على الغرزة
الثانية وهكذا الى نهاية السطر .

اميدى السطر الاول والثانى
٥ مرات اخرى ثم انهي الشغل
وبالابرة الكروشيه ابتدى من
وسط الظهر واشتغلى حول الرقبة
ماية وعمود اشتغلى حول الرقبة
ثلاثة اسطر كروشيه مع عمل عروة
في اعلى الرقبة في الجهة اليمنى .

عمل العقدة :

اسلتي الغرزة التى على الابرة
اليمنى الى الابرة اليسرى واشتغليها
بالابرة اليمنى مرتين مرة من الامام
ومرة من الخلف ثم مروى الغرزة
الاولى على الغرزة الثانية اى تبقى
معك الغرزة الثانية فقط وبذلك
تكوينين قد عملت عقدة .

الاتصام :

اكوى جميع الاحرارد وركبى
زرادا مقابل العروة التى عملتها
بالابرة الكروشيه ثم زرادين
واستعملى الفتحات الموجودة في
الجهة اليمنى من السفرة كمرادى
لهذه الازرار .

ضعى ٢٤ لؤلؤة حول أسفل حافة
السفرة الامامية وكل لؤلؤة تبعد
عن اختها حوالى نصف بوصة
ضعى ٢٤ لؤلؤة حول منتصف
كل لؤلؤة فوق اللؤلؤة الموضوعه
في الحانة .

ضعى ٢٤ لؤلؤة حول حافة
السفرة كل لؤلؤة فوق اللؤلؤة
الموضوعه في الوسط .

الجهة الاخرى من الرقبة :

امسكى الشغل وعدله الشغل
مواجهة لك . اوصلى الخيط جهة
الرقبة ثم اختصرى ٢٥ غرزة
واشتغلى عدل للنهية .

ارجعى سطر مقلوب .

اميدى التعليمات المعطاة لك
في الاختصارات للجهة اليسرى من
الرقبة (مع مراعاة أن الاختصار
هذه الجهة ستكون في بداية الاسطر
المعدلة) وهو ما بين علامتين x x
و x x .

الصدر :

اتبعى التعليمات المعطاة لك للظهر
حتى تصلى لحددة الباط واحديها
كلها واشتغلى بسدها عشرة اسطر
منتهمية بسطر مقلوب .

الرقبة :

اشتغلى عدل ٣٧ غرزة اتركى
بقية الغرز على ابرة متروكة ارجعى
مقلوب على ٣٧ غرزة فقط مع
مراعاة .

اختصرى ٤ غرز في بداية الاسطر
المقلوبة اختصرى غرزتين خمس
مرات ثم غرزة ٦ مرات فيبقى منك
١٢ غرزة من ال ٣٧ غرزة .

اشتغلى عشرة اسطر بدون اى
نقص ومنتهمية جهة الباط .

اختصرى ٧ غرز ثم ارجعى
بالسطر تم اختصرى بقية الغرز .

الجهة الاخرى :

امسكى الشغل والجهة المعدلة
مواجهة لك اوصلى الخيط من جهة
الوسط واختصرى ٢١ غرزة
واشتغلى لنهاية السطر .

اوجعى مقلوب ثم اتبعى
الاختصارات المعطاة لك ما بين
العلامتين مع مراعاة ان
الاختصارات في هذه الجهة في بداية
الاسطر المعدلة .

الاكمام :

كونى ٧١ غرزة على الابرة نمرة
١٢ واشتغلى بليسيه واحدة عدل
واحدة مقلوب لمسافة بوصة ثم
غيرى الابر واشتغلى بالابرة نمرة
١٠ سطر عدلا وسطرا مقلوبا
مع مراعاة زيادة غرزة في بداية
وغرزة في نهاية السطر الرابع وكل
رابع سطر الى أن تصير عدد الغرز
٨٧ غرزة ثم اشتغلى ٥ اسطر بدون
اية زيادة ومنتهمية بسطر مقلوب .

حددة الاكمام :

اختصرى ٤ غرز في بداية السطرين
الايئين ثم غرزة في بداية كل سطر
حتى يتبقى معك ٣٧ غرزة ثم



تركيبات الكروشيه

الخامات المطلوبة

٥ شل من الكريب ليل كل شلة
أوقيتين .

زوج من الابر نمرة ٦ وزوج نمرة
١٠ وزوج نمرة ١٢ - ابرة كروشيه
متوسطة الحجم - ٢ زرار صغيرة .
٧٢ لؤلؤة لاجل السفرة .

المقاسات

دائرة الصدر ٣٤ بوصة والطول
من الكتف ١٩ بوصة وكل ٧ غرز
٩٥ اسطر بالابرة نمرة ١٠ مقاسها
بوصة .

الظهر :

كونى ٩٩ غرزة على الابر نمرة ١٢
واعملى بليسيه غرزة عدل وغرزة
مقلوب لمسافة ٣ بوصات غيرى الابر
واستعملى الابر نمرة ١٠ واشتغلى
سطر عدل وسطر مقلوب وزيدى
غرزة في بداية وغرزة في نهاية
السطر الثامن وكل ثامن سطر الى
ان يصير عدد الغرز ١١٩ غرزة
ثم اشتغلى ٢١ سطر بمتدها العدد
بدون اية زيادة ومنتهمية بالسطر
المقلوب .

حددة الباط :

اختصرى ست غرز في بداية
السطرين الايئين ثم اختصرى غرزة
في بداية الاثنى عشر والاسطر الانية
بعدها فيبقى معك ٩٥ غرزة .

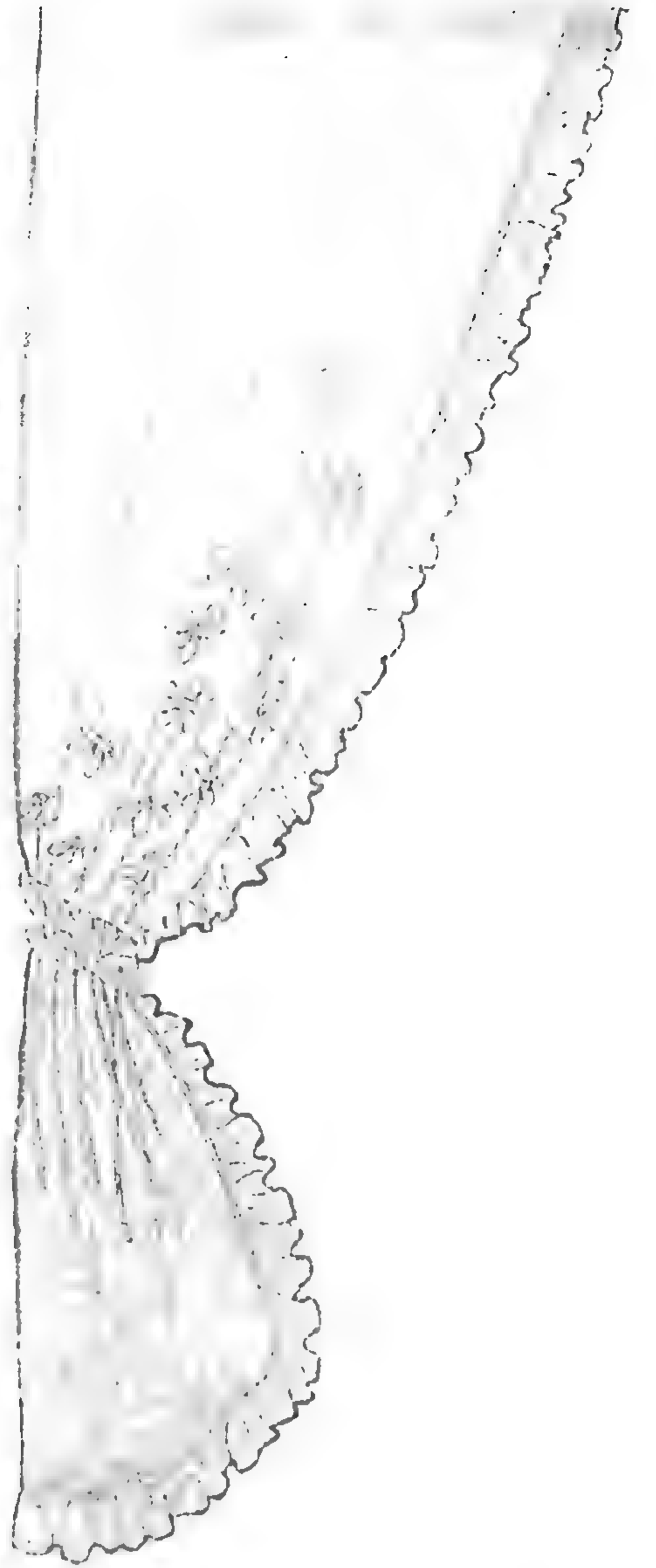
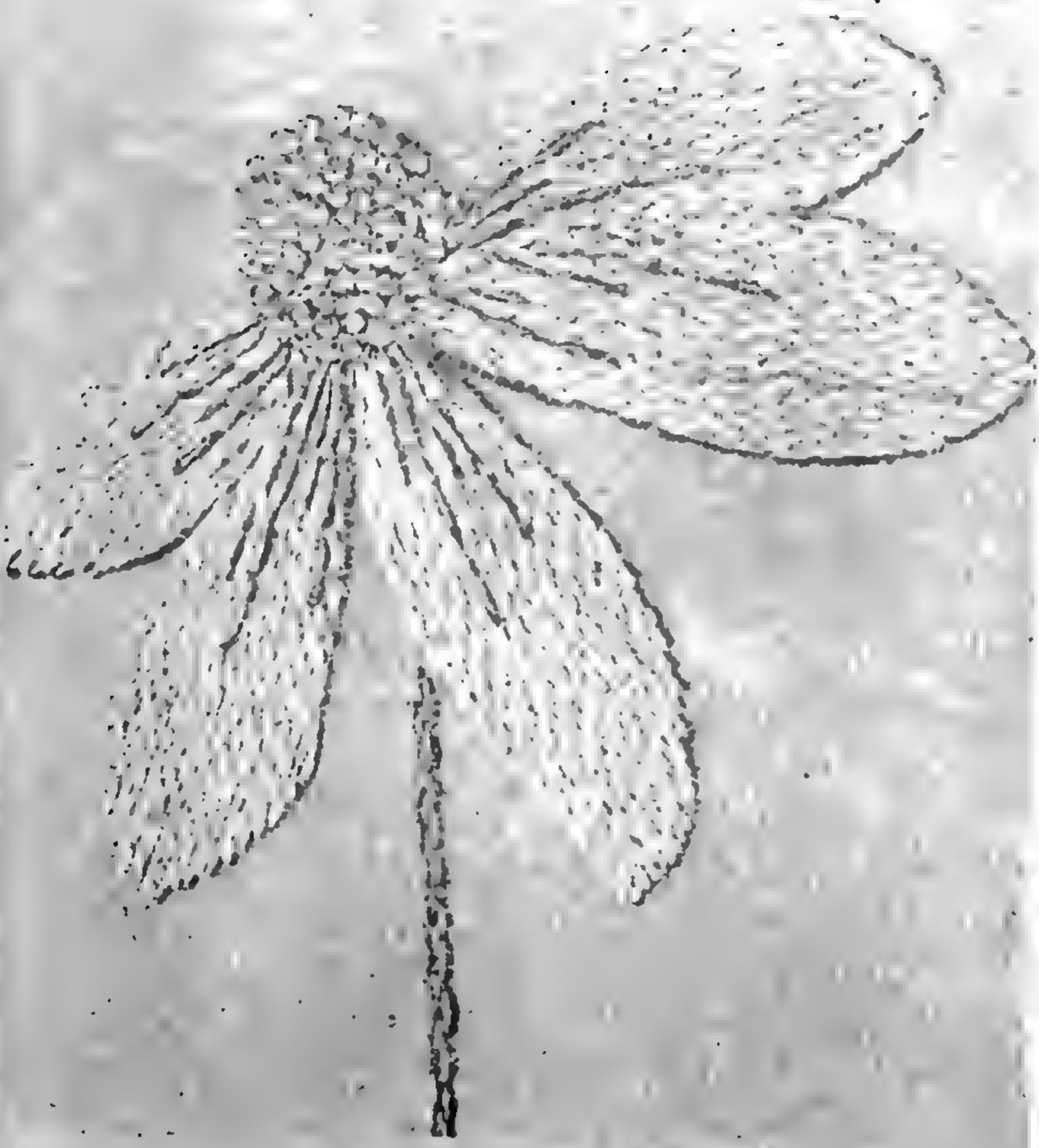
اشتغلى ٢٦ سطر بدون اى نقص
ومنتهمية بسطر مقلوب .

الرقبة :

اشتغلى عدل ٣٥ غرزة ارجعى
تاركة بقية الغرز على ابرة متروكة
اختصرى اربع غرز في بداية السطر
المقلوب اى تختصرى اربع غرز من
جهة الرقبة في الرجوع بالمقلوب
وثلاث غرز في السطر المقلوب الذى
يليه ثم غرزتين ثلاث مرات ثم
غرزة خمس مرات (كل هذه
الاختصارات في بداية الاسطر
المقلوبة من جهة الرقبة) فيبقى
معك ١٣ غرزة .

حددة الكتف :

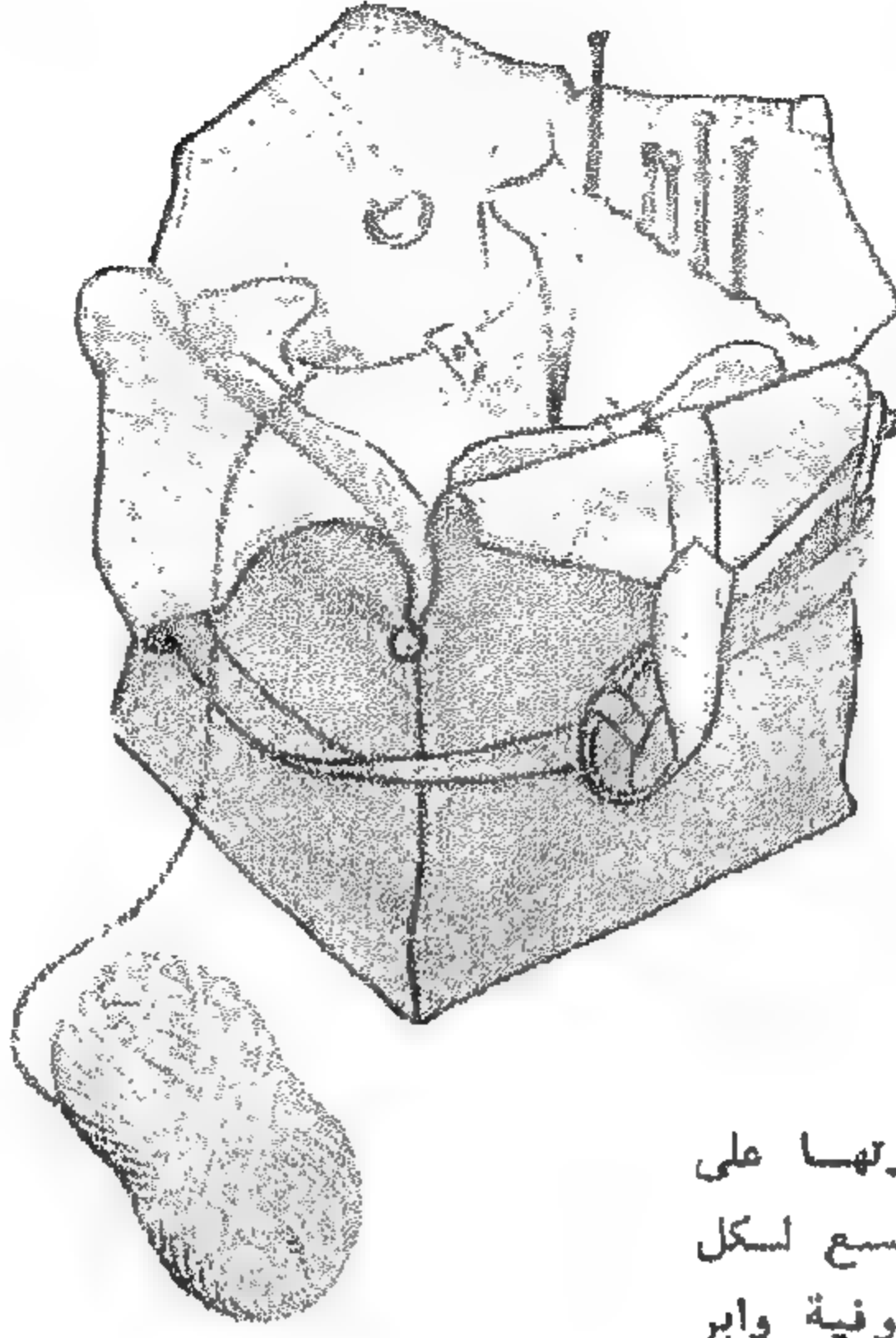
اختصرى سبع غرز واشتغلى
لنهاية السطر . ارجعى السطر
الذى يليه . اختصرى جميع الغرز
x x



على سائر الأزهار

ان السائرة المرسومة امامك هي من
فنان المسلمين الابيض. ان في استطاعتك
لايينها بهذه المجموعة من زهرة مباد
الشمس . لقد جئنا برسم هذه
الزهرة في حجمها الطبيعي لتستطيعي
نقلها على المسلمين . ويمكنك نقل هذه
الازهار على غطاء السرير .

سنتة مبتكرة للأشغال اليدوية

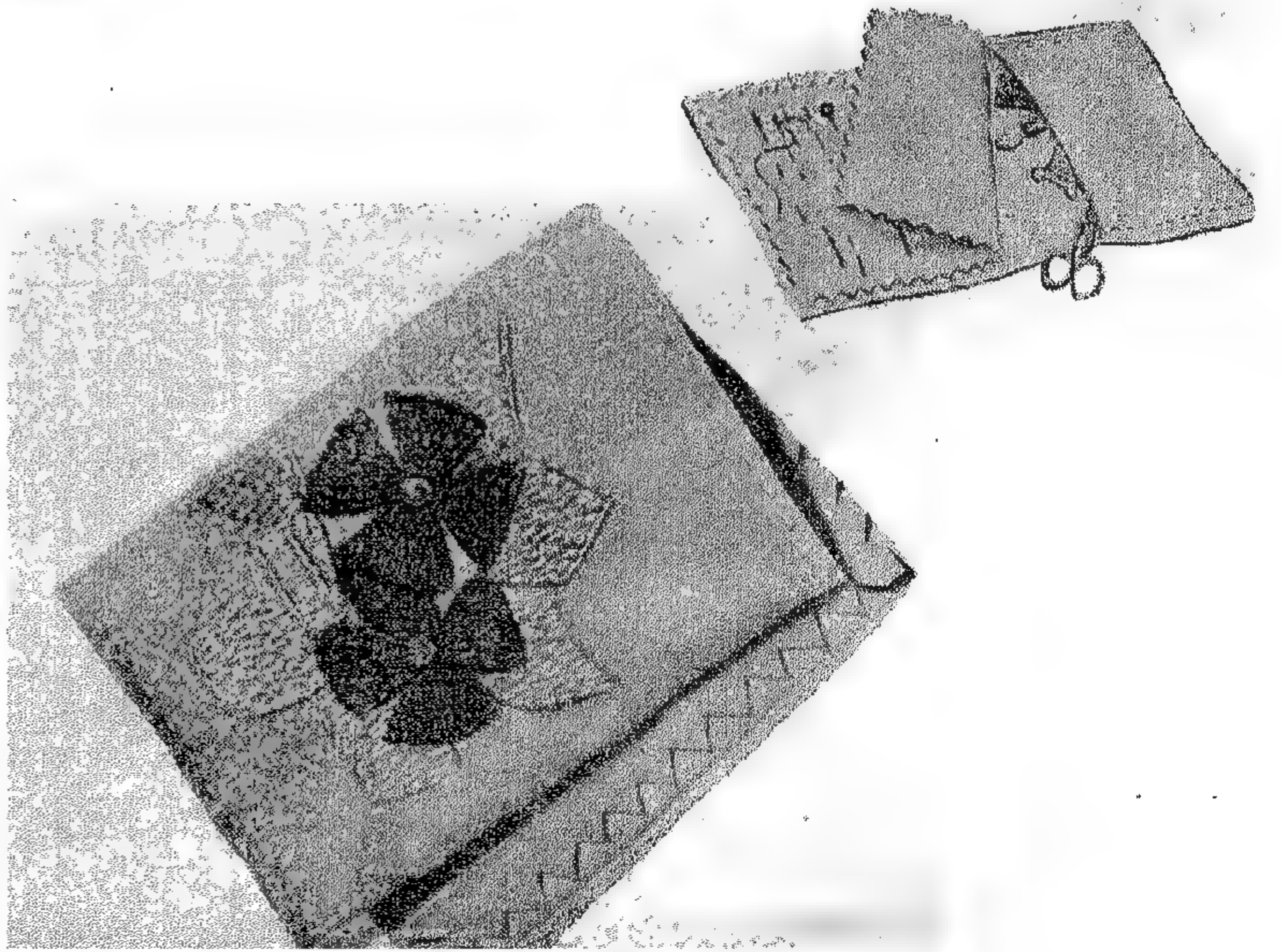
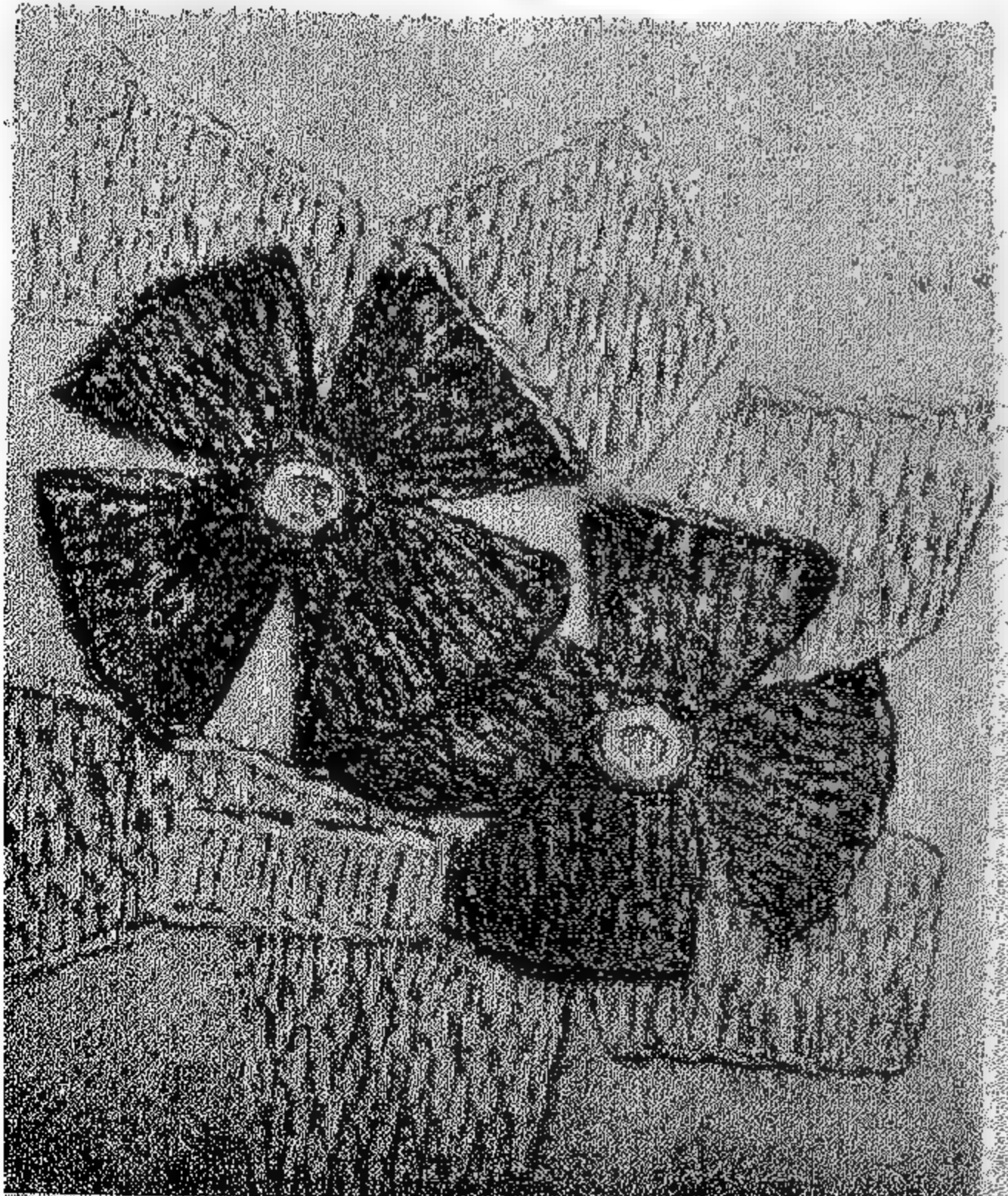
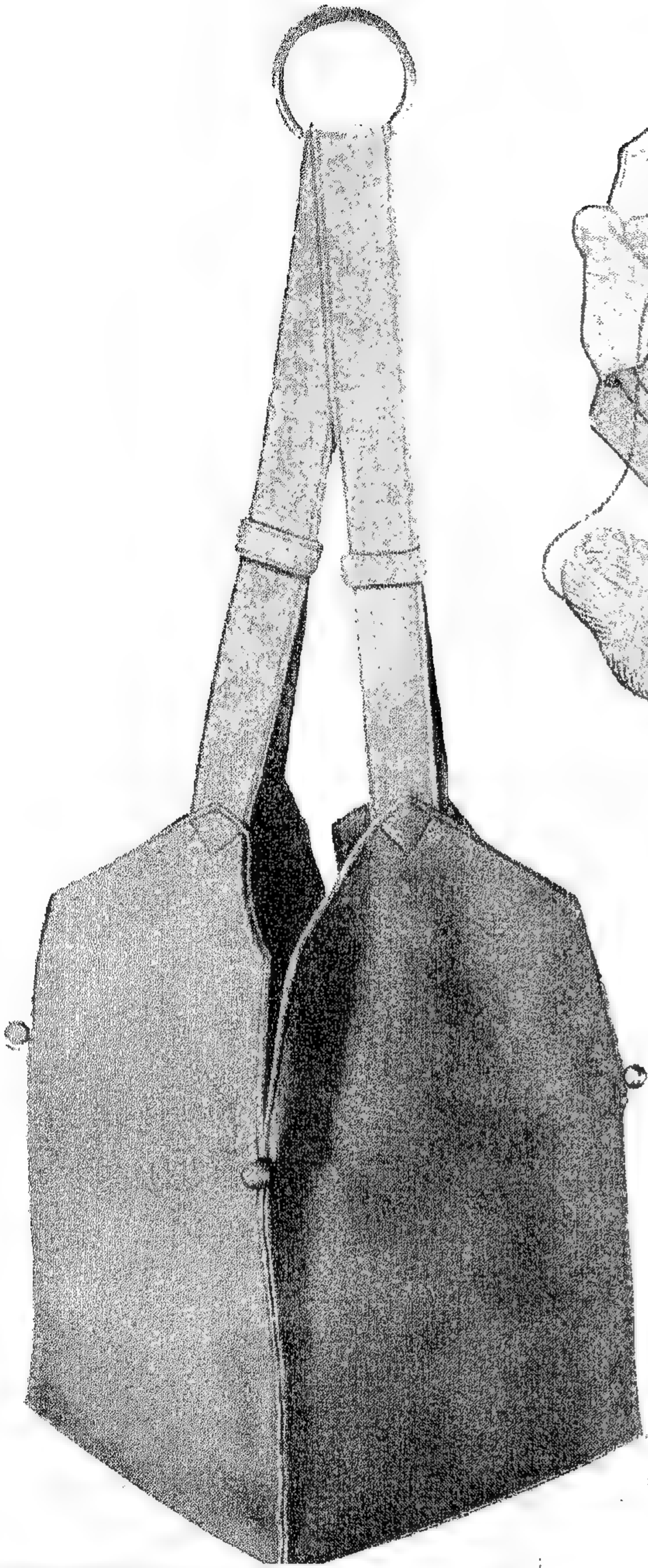


ما رأيك في هذه السنتة الجميلة المرسومة صورتها على هذه الصفحة ؟ انها ذات فوائد كثيرة بلا شك لانها تتسع لكل شيء . ان في استطاعتك ان تضعي فيها شللك الصوفية وابر التريكو والشغل اليدوي الذي تقومين بعمله . ان ابعاد هذه السنتة قد درست دراسة وافية لتحتوي جميع ادوات اشغالك اليدوية .

ان هذا النموذج مصنوع من قماش الفوترين المزدوج : الجزء الخارجى من اللون الاخضر البطن بالاحمر وقد ركب على قاعدة مربعة من الكرتون المقوى . ويوجد بداخل هذه الحقيبة أربعة جيوب تضعين فيها ابر التريكو من جهة . واما فى الجيوب الثلاثة الاخرى فيمكنك وضع بقية حاجياتك .

وزيادة على الفوترين الاخضر والاحمر فانت في حاجة الى قطعة من الكرتون المربع طول ضلعها ٢٠ سم وحلقه قطرها ٦ سم وأربع كرات نحاسية صغيرة .

اما الرسم الذى فى اسفل الصفحة فهو لحقيبة صغيرة لحفظ ابر الخياطة . وقد منينا بنشره فى حجمه الطبيعى لتتمكنى من نقله على القماش الذى ترغبين عمل هذه الحقيبة منه .



ثوب جميل للمولود الجديد

مالك تفكرين هكذا ؟ انك بلاشك لم تعثري بعد على الهدية التي ترغبين في تقديمها الى طفل صديقتك بمناسبة بلوغه الستة الاشهر . ان في استطاعتك ان تصنعي له هذا الثوب الجميل وان تهدي اليه هذه القبة الصغيرة .

ان هذا الطقم الذي ترين رسمه على هذه الصفحة مصنوع من الاورجاندى الابيض وقد حلى بياقات من الورد الياض المشغول بغرزة الفرع المعروفة .

وفي الركن الاعلى من الصفحة وضعنا رسم الوردة بحجمها الطبيعي لتمكني من نقلها على القماش بدون أى غناء .



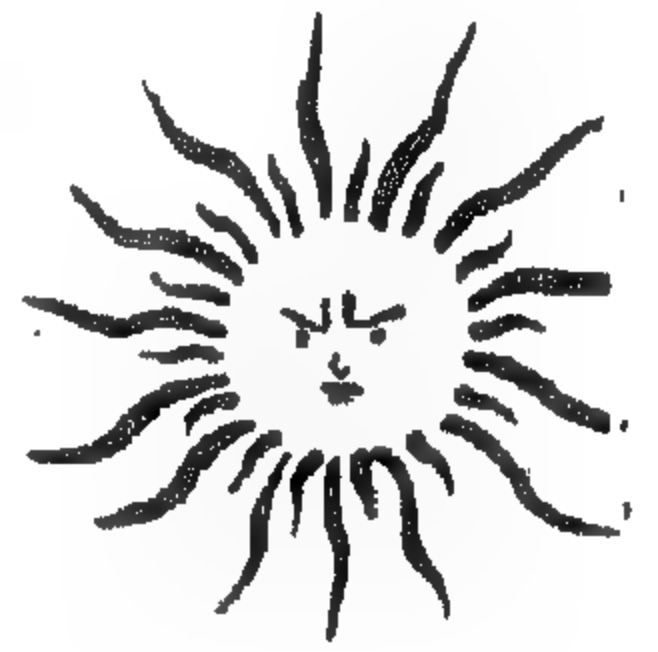
مظلك هذا شهر

من ٢١ مارس الى ٣١ منه:
ميل الى الحديث الحماسي
والى الصرف بدون نظام .

من ١ ابريل الى ١٠ منه:
لاتسافرى واحذرى من
ارتكاب الحماقات .

من ١١ ابريل الى ٢٠ منه:
لاتثقي في خيالك ولا تتسرع
في تصديق ما يقال .

من ٢١ ابريل الى ٣٠ منه:
احذرى من الخامس من هذا
الشهر . وثقى في اصدقائك



من ١ مايو الى ١٠ منه:
انه شهر مناسب لجميع
الاعمال والمشروعات التى
تقومين بها .

من ١١ مايو الى ٢٠ منه:
سيأتيك خطاب يكون موضع
رضاك . احذرى من اليوم
السابع من هذا الشهر .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه:
سرعة في التنفيذ . اليوم
الخامس مناسب لمشاغل
القلب .

من ١ يونيه الى ١٠ منه:
اياك من المشروعات الغريبة .
كونى منظمة فى عملك .

من ١١ يونيه الى ٢٢ منه:
مسائلك العاطفية ستحل على
احسن وجه . اياك والثرثرة

من ٢٣ يونيه الى ٣٠ منه:
تاخر فى استلام الخطابات .
تفاعلى باليوم الخامس من هذا
الشهر .

من ١ يوليه الى ١٠ منه:
لاتكونى ايجابية فى هذا
الشهر . اصبرى فالصبر
مفتاح الفرج .

من ١١ يوليه الى ٢٢ منه:
اهتمى بدورتك الدموية .
احذرى الغيرة والحسد
... لا تفضى .

من ٢٣ يوليه الى ٣١ منه:
قد يغير حديث او مقابلة
مركزك الحالى . تفاعلى بالثامن
من هذا الشهر

من أغسطس الى ٢٠ منه:
انت فى فترة عمل وبناء .
الحظ معك فى كل المشروعات
التي تقومين بها .

من ١١ أغسطس الى ٢٢ منه:
انه خير شهر لعقد الخطوبات
ولاتخاذ القرارات العاطفية
والربح الحلال .

من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه:
ستنقش تلك الغمامة التي
تسيطر على حياتك . تفاعلى
باليوم الخامس .

من اول سبتمبر الى ١٠ منه:
سوء تفاهم بسيط مع الاسرة
او مع زميلة فى العمل .
راقبى كبدك . حظ فى
المسائل المادية .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه:
لاتبدئي عملا قبل ان تنتهى
من الاخر . احذرى من اليوم
الثانى من هذا الشهر .

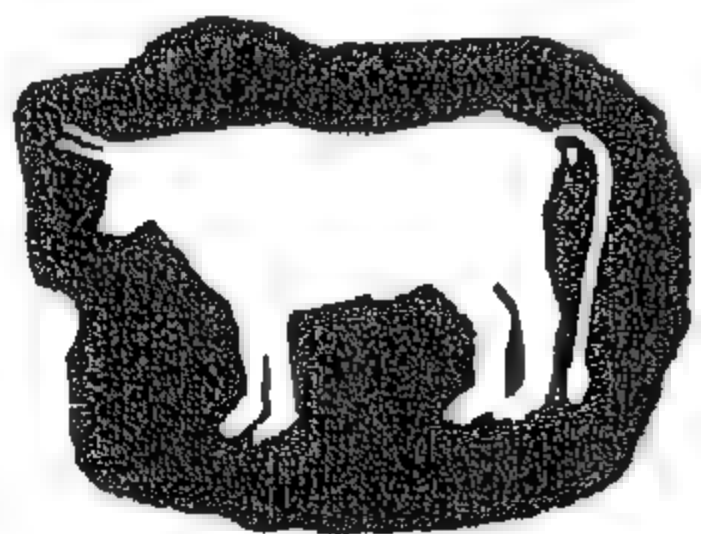
من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه:
انك فى شهر المضايقات .
ولكن مهلا . حكمى عقلك ان
اردت اجتياز هذه الازمة
بسلام .

من ١ اكتوبر الى ١٠ منه:
ان خطر وقوع سوء تفاهم او
شجار مازال يهددك . خذى
المسائل بالتروى وطول البال

من ١١ اكتوبر الى ٢٣ منه:
ميل الى الخيالات العاطفية
والى الخطأ فى الحكم
والاسراف بدون معنى .

من ٢٤ اكتوبر الى ٣١ منه:
شهر لا بأس به من كافة
الوجوه ان لم تخلقى لنفسك
المتاعب .

من ١ نوفمبر الى ١٠ منه:
سوف يبسم لك الحظ
هذا الشهر . احذرى فقط
من اليوم السادس منه .



من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه:
جو حركة ونشاط يأتي
بأطيب الثمار . نجاح أدبى
تفاعلى باليوم السابع

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه:
حياة خارجية نشطة . دعوات
وصداقات جديدة فيها المفيد
أدبيا وماديا .

من أول ديسمبر الى ١٠ منه:
لا بد من أن تجمعى شجاعتك
وتحزمى أمرى لتجابهى
الصعاب التي تعترضك .

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه:
لا تحكمى على الظواهر فى
حياتك العاطفية . ولا تندفعى
دون روية .

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه:
كونى منظمة فى عملك والا
تعرضت لفقد أوراق ذات
قيمة

من ١ يناير الى ١٠ منه:
شكوى من الصحة . قابلية
للعدوى بالحمى الروماتيزمية
... استريحي

من ١١ يناير الى ٢٠ منه:
انك لا ترى مسائلك بوضوح
وقراراتك العاطفية فى حاجة
الى تفكير طويل .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه:
انه شهر العواطف الجديدة
أو زيادة نحو العواطف
القديمة .

من ١ فبراير الى ١٠ منه:
شهر القرارات الحاسمة .
تفاعلى بالثالث والثمان من
هذا الشهر .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه:
ان المسائل العاطفية فى
الصف الاول . حظ حسن
فى تنفيذ المشروعات .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه:
سيعود اليك نشاطك
وتعودين الى مشروعاتك التي
تركتها لسبب أو لآخر .

من أول مارس الى ١٠ منه:
الحظ حليفك فى كل ما
تقومين به وخاصة فى
المسائل المادية .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه:
ان دبلوماسيتك وكياستك
ستنيلانك كل أغراضك .
تفاعلى باليوم السابع

بنو النيل
مجلة لائمه اهتمامية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبها د. يسر قمرها
الدكتورة د. يسر شفيق
الرداءة ٤٨ شارع قصر النيل - القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤
الإشتراك السنوى:
١٠٠ ق مصر والودائع
١٥٠ ق مصر العربيه
٢٠٠ ق الخارج : أومايلا



س.ت. ٢٤٥٨٨

دراسات نادى بنت النيل الثقافى

افتتح نادى بنت النيل نشاطه الثقافى ومواعيده
الدراسات فى الايام التالية من الساعة ٤ الى الساعة
٥ مساءً :

يوم الاثنين : لغة فرنسية
يوم الخميس : حياكة وتفصيل
يوم الجمعة : لغة عربية وخطابة
يوم الاحد : حياكة وتفصيل

جميع الاستعلامات تطلب من النادى بشارع قصر
النيل رقم ٤٨ تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤ - القاهرة



س.ت. ٢٤٥٨٨

٢٤٥٨٧



تفكر المرأة فى الهروب من حياتها
اذا ما اتصلت فيها أسباب السعادة
أو الشقاء .. فطبيعة المرأة جزء من
الطبيعة نفسها ، لا تحتل البقاء
على حال واحد !

يفكر الرجل فى الزواج بأمل من
اثنين : الاول الاستقرار ، والثانى
التخلص من الاستقرار !

قال له : كيف حال غرامك الاخيرة؟
فرد قائلاً : انتهى .. وقد تزوجتها!

يجب بعض الرجال المرأة التى
يتوهمون فيها الراحة .. ويجب
الآخرون تلك التى يتخيلون فيها
الغموض .. ولكن حقيقة المرأة تكون
دائماً آخر ما يعرفه الرجال !

دموع المرأة مقياس انوثتها ...
فأراة التى تناسب دموعها فى
بساطة ونأثر .. أم حنون .. والتى
تتكلف البكاء تافهة متحجرة الاحساس
.. والتى لا تدمع عيناها مطلقاً ..
فهى رجل فى قالب امرأة !

كل آلام الرجل تستطيع المرأة
المحبة ان تغفرها اذا كان لا يدخل
فيها عنصر منافس !

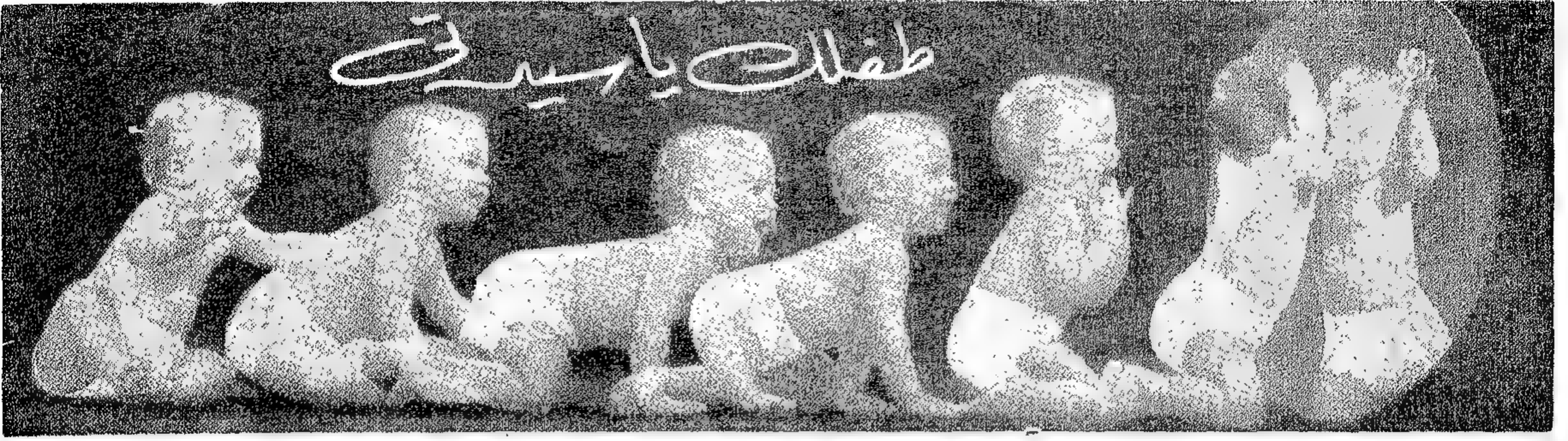
لا توجد زوجة لا تتمنى استطلاع
محتويات جيب زوجها ... وان
وجدت فهى غالباً بلهاء أو شاذة !

هناك مثل فرنسى يقول : لا توجد
امراة لا يفتح قلبها امام الغزل وهنالك
مثل المائى يعارض الفرنسى لانه يؤكد
ان الغزل الكثير يشير غرور المرأة
ولكنه لا يكسب قلبها !

يفشل الرجل فى الاحتفاظ باهتمام
امراته عندما ينبجج فى تبديد كل
شكوكها فيه !

تجمع النساء على نظرية يتوارثنها
جيلاً بعد جيل .. وهى أن اكثار
الرجل من الوقوف أمام المرأة دليل
على اشتباكه فى علاقات نسائية
خارجية !

أشد الرجال تعصباً ضد المرأة ..
أكثرهم تعرضاً لبطشها !



سنحدثك اليك يا سيدتي هذا الشهر عن حاجياتك الغذائية في فترة الحمل واثناء الرضاعة . ان الطب يقول انه اذا افتقر طعام الام الى الفيتامينات او كان وجودها بكميات قليلة جدا ظهرت علاماته على الام نفسها وقد يتعذر نمو الطفل او تقدمه وقد تبدو عليه اعراض بعض الامراض التي تنشأ عن نقص الفيتامين .

وغذاء الام الحامل يجب ان يكون وافيا من جميع النواحي لحماية الام نفسها وحماية طفلها . فالغذاء الكامل الواقى في فترة الحمل يهيئ للام المزيد من الفرصة لارضاع طفلها . ورضاع ثدي الام اهم عامل في التغذية الصحيحة اثناء العام الاول من عمر الطفل وكيف يمكن للام ان تضمن حصولها على جميع ما تحتاجه وما يفي بحاجة طفلها ايضا ؟

يمكنها ان تحقق ذلك اذا ما عيّنت بأكل الاطعمة التي تمدّها بالحاجات الغذائية الضرورية . وليس معنى هذا ان تأكل كمية كبيرة من الطعام بل معناه ان تأكل منه . ويمكن سد حاجة الام والطفل اذا اشتمل طعام الام اليومي على الاغذية الاتية :

اللبن - حوالى رطلين للحامل وثلاثة ارطال للمرضع ويمكن استخدام جزء منه للطبخ .

الفواكه والخضر - الكميات المتعارف عليها سواء مطبوخة او غير مطبوخة .

البيض - بيضة واحدة كبيرة او بيضتين من الحجم الصغير

اللحم والطيور والاسماك او الجبن - ربع رطل يوميا

الماء - من ست الى ثمانى كوبات بعضها على شكل عصير الفواكه

الحبوب - مثل البلبيلة او الفريك او الفول المدمس وتقدم الكميات المناسبة من يوم الى اخر مع الزبدة

هذا ويجب ان يتولى الطبيب الاشراف على تغذية الطفل في السنة الاولى من عمره لان صحة الطفل ونموه يتصلان اتصالا وثيقا بطريقة تغذيته . ورضاعة الثدي خير وسيلة للتأكد من حسن تغذية الطفل فمن المعروف جيدا ان لبن البقرة هو خير غذاء لصغيرها وان لبن الانسان هو خير غذاء للمولود واذن فمن الحق الطبيعى للمولود ان يتغذى من لبن امه في الاشهر الاولى ما دام ذلك مستطاعا . ولا يجوز مطلقا فطام الطفل فطاما كاملا قبل نهاية الشهر السادس مالم تكن هناك اسباب وجيهة قوية لان اضطرابات الهضم في هذه الفترة - فترة النمو السريع - شديدة الخطورة . ويعتقد معظم الاطباء بحق انه لا توجد

طريقة للتغذية تعادل مناعة الثدي .

ويتجه الرأى اعتمادا على الخبرة الى ان رضاعة الثدي تعطى الطفل فرصة احسن لحياة طبيعية ونمو طبيعى من الناحيتين العاطفية والجسمانية . وباستطاعة الكثيرات من الامهات ان يرضعن اطفالهن اذا ما تبين اهمية ذلك فاذا ما فعلن فانهن يقمن بالاشياء التي تجعل رضاعة الثدي ممكنة . وتتلخص هذه الاشياء فيما يلي :

قبل ولادة الطفل ينبغي للام:

١ - ان تقرر ارضاع الطفل من ثديها

٢ - ان تختار طبيبا يؤمن برضاعة الثدي ليتسولى مساعدتها على اعداد نفسها لذلك .

٣ - ان تأكل نوع الغذاء الذى تكلمنا عنه فى الاسطر السابقة بعد موافقة الطبيب **أما بعد الولادة فينبغى على الام:**

١ - ان تستمر فى اصرارها على ارضاع الطفل من ثديها

٢ - ان تستمر فى اتباع توجيهات الطبيب

٣ - ان تأكل نفس الاطعمة التى كانت تتناولها قبل الولادة وبكميات اكبر من ذى قبل وان تشرب كميات اكبر من السوائل .

٤ - ان ترضع الطفل من ثديها اذا ما جاع فرضاعة

الطفل القوى الجائع للثدى ذات اثر منبه قوى لافراز اللبن .

٥ - ان تشاير على محاولة ارضاع الطفل حتى ولو لم ينزل اللبن فى اول الامر على ان يتغذى الطفل فى نفس الوقت بنوع اخر من اللبن طبقا لاوامر الطبيب .

٦ - ان تحصل الام على رقة من الراحة والنوم وان تخلد ما امكن للهدوء وعدم القلق .

هذا ويجب ان يكون معلوما لديك يا سيدتي انه اذا ما حل موعد الفطام او اذا ما دعا الامر الى التبكير به لاستحالة ارضاع الطفل من الثدي كان من الضرورى تغذية الطفل تغذية اصطناعية وفى هذه الحالة يحتاج الامر الى اشراف الطبيب .

ومن اهم المشاكل التي ترتبط بالتغذية الصناعية ما يأتى :

١ - اختيار مصدر جيد للبن .

٢ - تجهيز مزيج اللبن بحيث يكون وافيا من حيث الكمية والنوع

٣ - اشعار الطفل بالطمأنينة اثناء اجراء هذا التغيير مع مراعاة التدرج

وبعد فلهذا الحديث بقية فانتظريها فى العدد القادم والاعداد القادمة ونرجو ان نكون قد ارضيناك وافدناك .

أم مجربة

بنت النيل في شئون منزلك

صبغة فستان أصفر الى لون أحمر :

س : اريد ان اعرف عما اذا كان في الامكان صبغة فستان أصفر اللون الى لون أحمر بدون اجراء عملية ازالة اللون الاول حيث ان القماش لا يتحمل .

ج : نعم من السهل جدا صبغة فستان اصفر وتحويله الى لون احمر او اخضر او برتقالي بدون الالتجاء الى ازالة اللون الاصيل . لان اللون الاصفر يتحد بسرعة وبنجاح مع هذه الالوان . واني انصحك لنجاح الصبغة الا تعصرى الفستان بعد خروجه من ماء الصبغة ، بل يعلق فوق شماعة ويثبت في حبل ويوضع تحته أى وعاء لاستقبال الماء الزائد . وذلك لاعطاء النسيج اكبر فرصة ممكنة ليشرب ماء الصبغة .

ابادة حشرة النمل :

س : اسكن في فيلا بها حديقة وحشرة النمل تضايقني كثيرا باندفاعها في جماعات كبيرة فوق السلم المؤدى الى مدخل سكني وتسربها الى الداخل . وأكون شاكرة لو تكرمت بارشادى الى كيفية التخلص من هذا النمل .

ج : امسحي السلم المؤدى الى مدخل منزل كل صباح بقطعة مبللة بالغاز فلن يجرو النمل بعد ذلك على تسلق السلم . ثم اجتهدى في البحث عن مصدره الاصيل وصبى فيه الغاز واردميه لسد الشقوق .

اختبار نضج بعض الاصناف :

س : ماهى العلامات التى استدل بها على نضج الاصناف الاتية :

اللحم الروستو ، التورتات الكبيرة ، المربى .

ج - اللحم الروستو : يعرف نضجه بغرس سيخ رفيع في داخل اللحم ثم ينزع منه ولاحظي لون العصير الخارج من الثقب فاذا كان لونه دمويا دل ذلك على عدم نضج اللحم ، اما اذا كان اصفر اللون دل ذلك على درجة النضج الصحيحة للحم ، اما اذا لم يخرج اى عصير من اللحم دل ذلك على زيادة مرحلة النضج وجفاف اللحم وفقدان العصارة الغذائية به ومن الخطأ جدا ترك اللحم حتى يجف داخل الفرن .

ب - التورتات او الكعك الكبير : اختبرى نضجه بالضغط الخفيف باصبعك فاذا ترك علامة دل ذلك على عدم اكتمال النضج . ولزيادة التأكد اغمسى سيخا رفيعا الى مسافة عميقة في قلب الكعكة واتركيه فيه لمسافة العد من (واحد الى عشرة) ثم انزعى السيخ ولاحظي جداره فاذا تعلق به عجين دل ذلك على عدم نضج الكعكة . اما اذا التصق به فتات او لم يلتصق به شيء دل على نضج الكعكة .

ج - المربى :

تعرف مرحلة نضجها بوضع قليل منها فوق طبق مسطح وتعريضه للهواء وتركه حتى يبرد ثم زحزحي السطح بخفة باصبعك ولاحظي السطح فاذا ظهر به «كروشة» كان ذلك دليلا قاطعا على صحة نضج المربى .

طريقة اصلاح صلصة المايونيز :

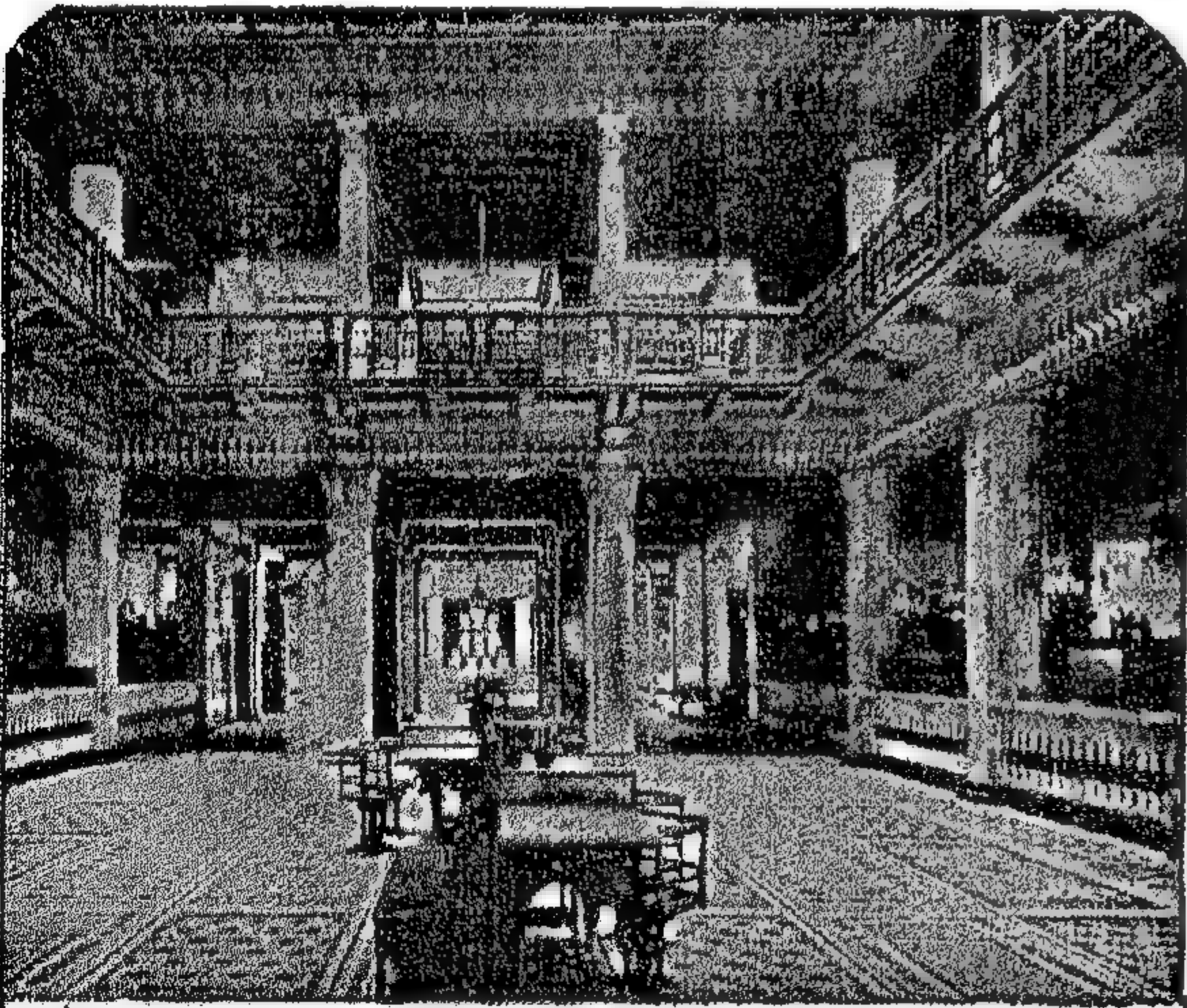
س - قمت بعمل صلصة مايونيز وأثناء العمل فسدت منى وانفصل الزيت عن باقى الصلصة فهل هذه الحالة ممكن اصلاحها مراعاة للاقتصاد .

ج - لابد أنك قلبت الصلصة فى اتجاه مضاد أو أضفت مقدارا كبيرا من الزيت دفعة واحدة ويمكنك فى حالة فساد الصلصة منك اصلاحها بوضع صفار بيضه جديد فى سلطانية نظيفة جافة تماما ثم اضربها قليلا وأضيفى اليها الصلصة المنفصلة تدريجيا مع التقليب المستمر فى اتجاه واحد .

تنظيف الفراء الابيض

س - عندى فرو ثعلب ابيض جميل ولكن ظهر عليه آثار اتساخ بسيطة وأريد تنظيفه بنفسى لكى ألبسه فى حفلة عرس ساهرة وأرجو ارشادى عن طريقة ذلك

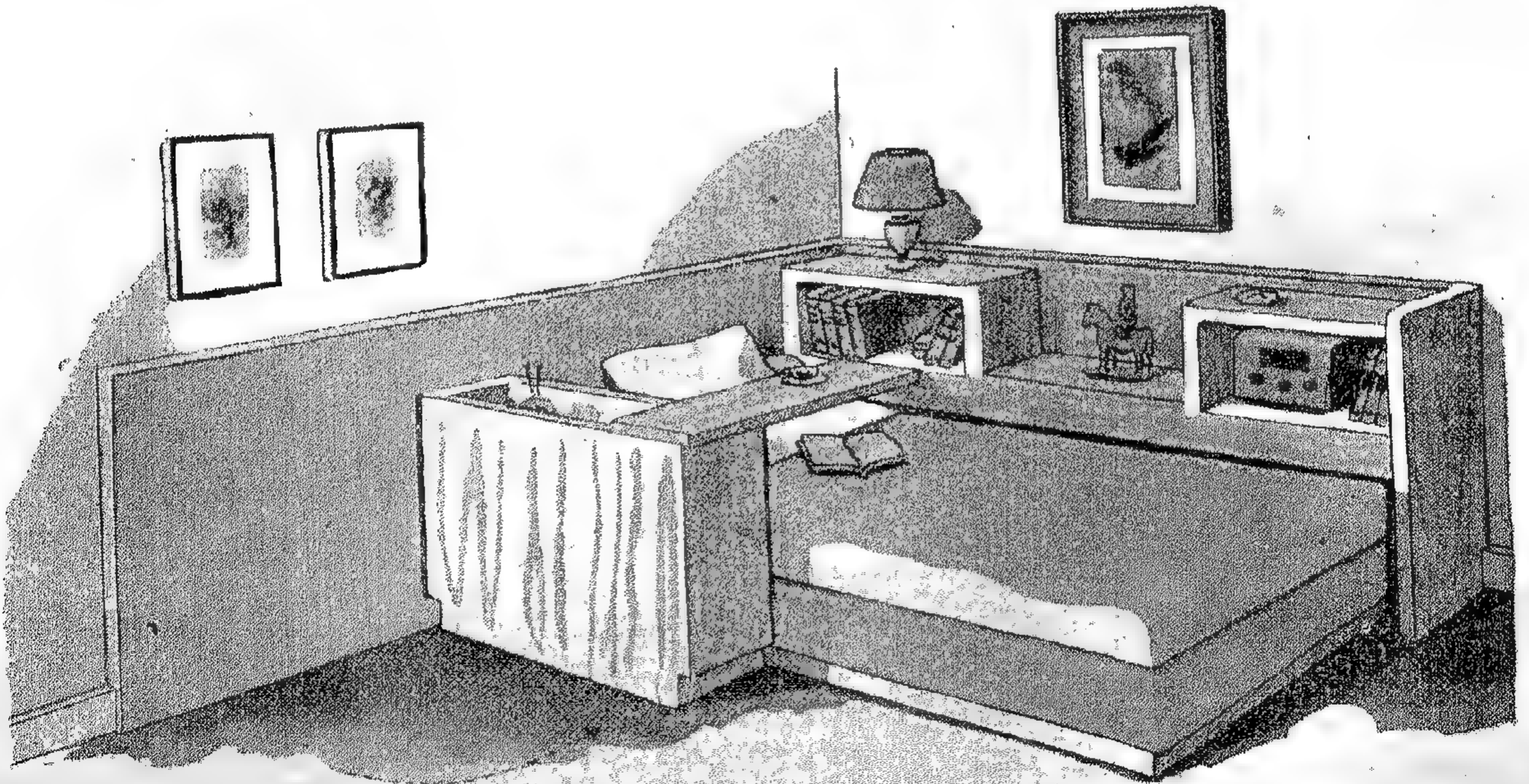
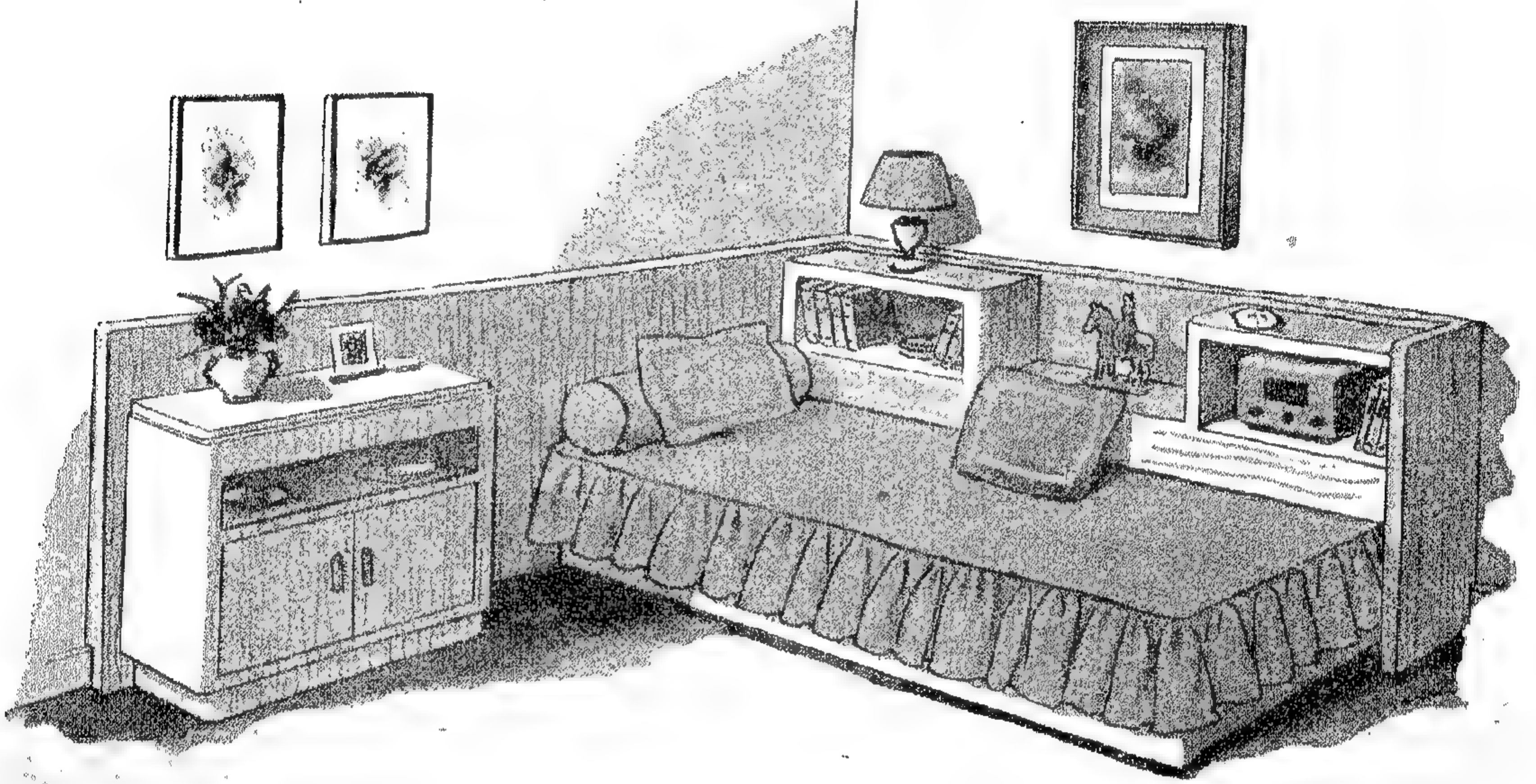
ج - ادعكه بكمية من مسحوق المانيزيا ثم لفى الفرو بما فيه من المانيزيا واتركيه لمدة ساعة ثم لفه فى ورقة شفافة ، فالمانيزيا تعمل على امتصاص المادة الدهنية العالقة بالفراء ويفرش بفرجون الملابس الناعم . وهذه الطريقة تزيل الى أكبر حد جميع الاقذار الناتجة عن المواد الدهنية العالقة بالفرو .

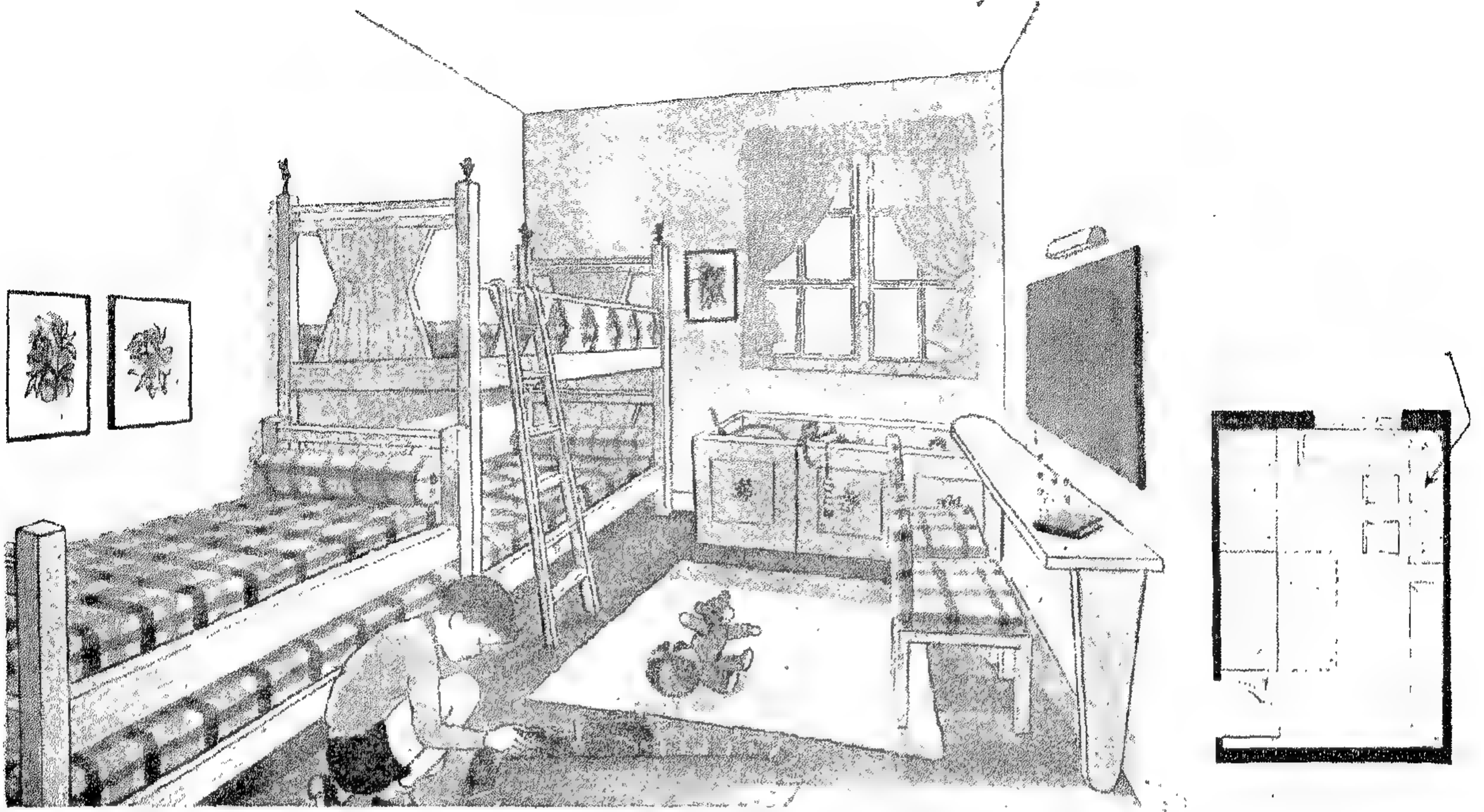


بنك مصر
البنك الذي رفعت العزة المصرية
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي
مؤسس شركاتها القومية
منشئ الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
وزوجه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج

غرفتك وغرفة أطفالك

ان بيوت ما بعد الحرب قليلة الغرف ضيقة • لذا كان من الصعب على ذوي الدخل المتوسط أن يوازنوا بين دخلهم الشهري وإيجار شقة كبيرة متسعة الغرف • وقد تحايل بعض الناس على حل هذه المشكلة فوجد أن من الاوفى جعل قطع الاثاث تستعمل لأكثر من غرض واحد ليوفروا نصفه وليكون في وسعهم الاكتفاء بأقل عدد ممكن من الغرف والاقتناع بتلك المساحة الضيقة التي يخصصها أصحاب منازل اليوم • وها نحن أولاء نقدم فكرتين جديدتين للاستعانة بهما عند اللزوم •





↑ لاولادك الثلاثة :

هذه الغرفة تتسع كما ترين لثلاثة من الاطفال * وهي عبارة عن ثلاثة أسرة وضعت في محاذاة الحائط كي تشغل أقل فراغ ممكن * كما وضع سرير فوق آخر لينام على السرير الاعلى الطفل الاكبر ويصعد عليه بواسطة سلم خشبي يشبك على درابزين السرير زيادة في الحرص * ويلاحظ أن الأسرة مفروشة بقماش الكريتون الغامق كي لا يتسخ بسرعة كما علق على حائط السرير الواحد بروازان لزهريتين مختلفتين * أما النافذة فقد حليت بستارة من التول أو من أى قماش كريم شفاف * ووضع تحت النافذة صندوق اللعب وهو مكشوف حتى لا يغري الاولاد بالصعود عليه ليطلوا من النافذة ويعرضوا أنفسهم للخطر * أما الحائط المقابل للأسرة فقد علق عليه سبورة سوداء وضع تحتها لوحة من الخشب بمثابة مكتب يجلس اليه الاطفال يذاكرون دروسهم ويكتبون تمريناتهم المنزلية * وقد كسى الكريسيان بنفس الكريتون المستعمل في فرش الأسرة * وان أصبح عدد أطفالك أربعة فمن السهل رفع السرير المفرد الثالث عن الارض ووضع آخر تحته يسحب الى الخارج في المساء ويدخل في الصباح مثله في ذلك مثل الدرج سواء بسواء *

للجلوس والنوم :

الرسم الاول لاستديو جميل مصنوع من الخشب خصص جزء منه للكتب وجزء آخر لجهاز راديو صغير ووضع على صندوق الكتب مصباح أباجور ووضع على قاعدته مرتبة وثيرة غطيت بقماش الكريتون السادة * ولم ينس مصمم هذه القطعة أن يقرنها بدولاب صغير متحرك ذى ضلفتين وضع عليه زهرية وبرواز صغير * هذا في النهار * أما في الليل فانه من اليسير تحويل هذا الاستديو الى فراش وثير ، وما على صاحبه الا أن ينزع عنه غطاءه الكريتون ليظهر تحته الفرش الابيض ثم توضع الوسادة ومن فوقها الغطاء ويدار الدولاب الصغير ناحية السرير ويلاحظ أن لوحته العليا يمكن ادارتها عند النهوض من النوم ليوضع عليها فنجان القهوة *

الجامعيات والوظائف العامة

للاستاذ الدكتور السيد صبرى
أستاذ القانون العام بكلية الحقوق
وعضو لجنة الدستور

مهما قيل من أن الجامعية لم تتساو بالجامعى فى حق تقلد الوظائف العامة فأننا لا نتفق مع الثنائين بأنه كان الأجدر ألا يسمح لها بدخول الجامعة طالما أن هذه المساواة لم تتحقق ! لأن المرأة إنما تنجسد فى سبيل وصولها إلى التمتع بمركز الرجل نفسه وهذا لا يتحقق دفعة واحدة لأنه نوع من الجهاد الطويل الذى يمر بمراحل تثبت فيها كفاءة المرأة ومقدرتها .

والسماح لها بدخول الجامعة كان ضرورياً لاثبات التكافؤ وفعلاً تمكنت المرأة بحصولها على هذا الحق من أن تبدأ مرحلة المطالبة بالمساواة بالرجل الذى يحمل نفس المؤهل الذى تحمله . ونراها الآن تنجح تدريجياً فى هذا السبيل . فتمكنت من الاشتغال بالمحاماة وتطورت إلى وظائف حكومية كوظائف إدارة الجنسية والجوازات ثم وظائف الشهر العقارى وهى على وشك أن تظفر بوظائف النيابة . وقد نجحت أيضاً فى الاشتغال بوظائف التدريس بمعاهد وزارة المعارف المختلفة ثم نجحت بعد ذلك فى وظائف هيئة التدريس بالجامعات . وكل هذا يدل على أن المرأة بدخولها الجامعة قد استفادت فى كفاحها فى سبيل تحقيق مبدأ المساواة بينها وبين الرجل . وأنها تكسب كل يوم خطوة إلى الأمام ولأنك أنه سيأتى اليوم الذى تتساوى فيه بالرجل .

السيد صبرى

◆ قدم طلبة كلية الزراعة بجامعة القاهرة شكوى إلى المسؤولين بسبب فساد مصابيح بنزن الغازية فى المعامل مما يترتب عليه تعطيل الدراسة .

◆ ظهر العدد الأول من مجلة هيئة خريجي القسم الفرنسى بكلية الآداب . وقد أشرف على أعداده الدكتور رؤوف كامل المدرس بالقسم



أسرار الجامعة

الجامعيات يؤيدن تمثيل المرأة فى الجمعية التأسيسية

منذ أن اعتصمت الدكتور ديرة شفيق ومن معها من السيدات فى نقابة الصحفيين إلى أن تجاب مطالبهن ووفود الطالبات من الكليات المختلفة تتوافد على دار النقابة معلنة تأييدها التام للسيدات المنتصمات . كما أرسل الكثير منهن البرقيات والبيانات إلى مجلس قيادة الثورة وإلى الرئيس اللواء أركان الحرب محمد نجيب يطلبن فيها الإسراع فى تحقيق مطالب المرأة التى هى نصف سكان مصر . ولا غرو أن يفعل طالبات الجامعات ذلك فالشباب الجامعى كان دائماً وعلى مر العصور مدافعاً عن الحقوق والحريات مطالباً برد ما اغتصب منها إلى أصحابها ووقف أمام كل ظلم أو طغيان .

◆ هدد طالب بقسم الفلسفة بكلية آداب القاهرة زميلة له بالقائها من النافذة إذا لم تكف عن ثرثرتها أثناء المحاضرات وناقشتها له لاتفه الأسباب .

◆ قدم طلبة المعهد الصحى التابع لكلية الزراعة شكوى إلى المسؤولين من عدم منح الدرجة السادسة لخريجي هذا المعهد . ومما يذكر أنهم كانوا جميعاً قد منحوها الدرجة السابعة منذ عدة أشهر .



جماعة الصحافة بكلية حقوق جامعة القاهرة فى إحدى رحلاتها الممتعة

◆ قامت جمعية التصوير بكلية الحقوق بجامعة القاهرة يوم الجمعة ١٩ مارس سنة ١٩٥٤ برحلة إلى الفيوم زارت فيها بحيرة قارون وبعض المناطق الهامة لتدريب اعضائها على التصوير .

◆ إهدى أحد طلبة الحقوق بجامعة القاهرة خطيبته وهى زميلة له فى الكلية كتاب « فن الطبخ » للسيدة نظيرة نقولا .

◆ اقترح اتحاد كلية الآداب بجامعة الاسكندرية على إدارة الكلية أن تخصص حجرة للاستراحة للطلبة أسوة بحجرة الطالبات الموجودة بالكلية .

◆ اندهشت كثيراً من كارلتا الصحفية الأمريكية عند ما وجدت أن عدداً كبيراً من الجامعيات يجلسن بالبوفيه أثناء المحاضرات وهذا عند زيارتها للجامعة وعلقت على ذلك بقولها إن هذه الظاهرة غير موجودة فى جامعات أمريكا .

◆ بعثت إحدى السيدات اللبنانيات برسالة تتضمن مبلغاً من المال إلى وزير المعارف تبرعاً منها لأسبوع الجامعات وقد حول المبلغ إلى سكرتير الجامعة وأرسل إليها الوزير رسالة شكر رفيقة .

آنسة معاسن محمد مكي : كلية التجارة - جامعة القاهرة :

اقترح التوسع فى إنشاء المستشفيات الجامعية وشراء أو استئجار اتوبيسات لنقل الطلبة والطالبات من منازلهم إلى الجامعة نظراً لاشتراك بسيط لا يرقى



آنسة فايزة محمد عثمان : كلية التجارة - جامعة القاهرة :

اقترح إنشاء ناد خاص بطالبات الجامعة حتى تكون لهن الحرية الكافية فى مزاوله نشاطهن الرياضى وكذلك العمل على إيجاد وظائف للخريجين حتى يقضى على البطالة .



نحن نقترح

يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التى ترد إلينا .

وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام . وترجو أن ترفق بالاقتراحات صور أصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم .

قلم

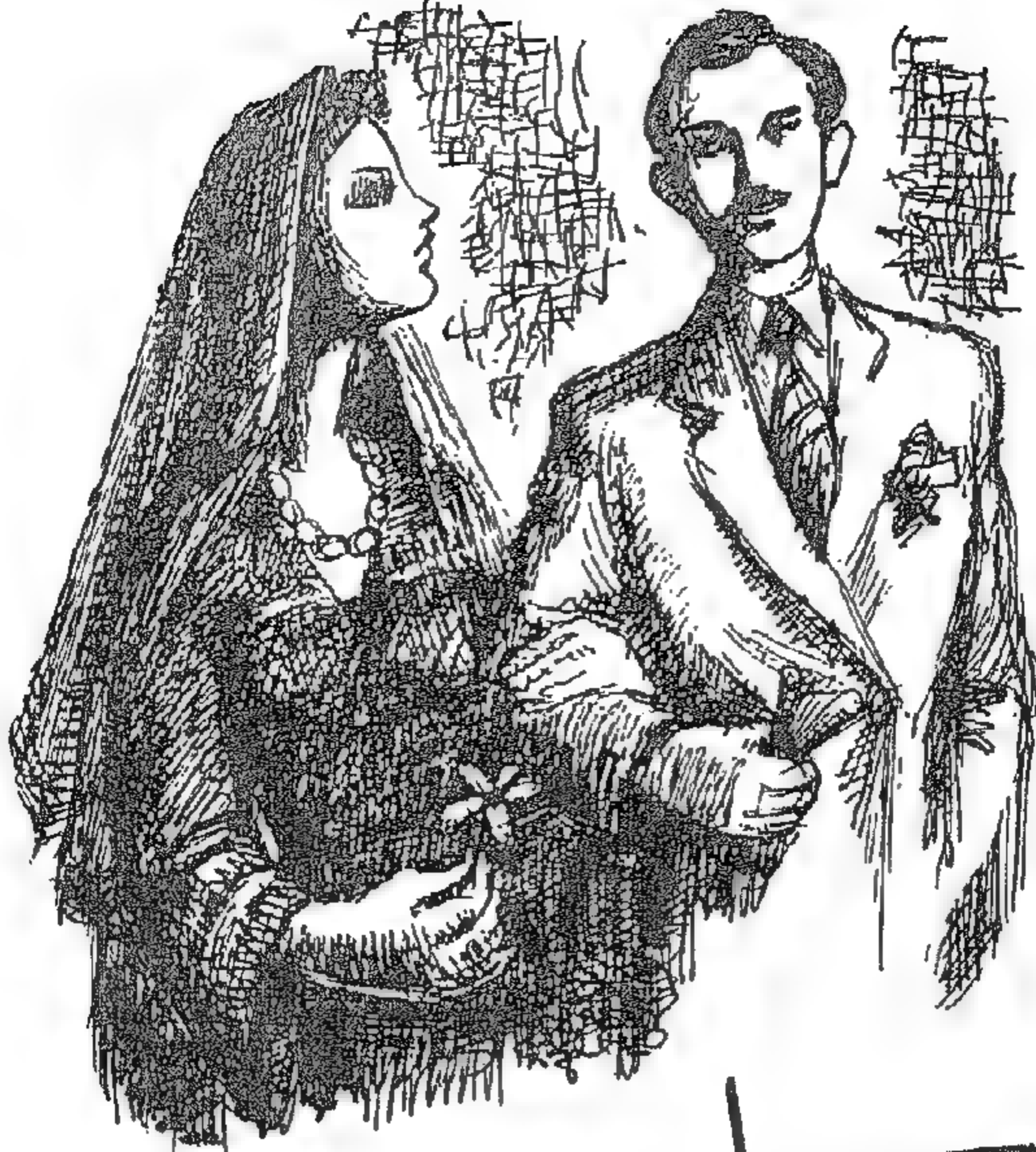
وقع بصرى على اسمها منشورا بين أسماء الذين تركوا القاهرة الى أوروبا على متن إحدى الطائرات ، فعدت بذاكرتى الى خمس عشرة سنة خلت ، حين كانت تطالب العمام معى فى الجامعة لا طمعا فى شغل وظيفة حكومية ، فان حالة والدها المالية كانت على خير ما يرام ، ولكن مجرد الاستزادة من الثقافة وشغل الوقت فيما ينفع . كانت حزينة على الرغم من كثرة مالها وظلت كذلك بعد تخرجها ترى الحياة بمنظار أسود وتقطع وقتها بين الكتب والمحاضرات العامة والمعارض الفنية والسفر الى هنا وهناك ، الى أن هيا الله لها رجلا عيبه الوحيد انه يكبرها بعشرين سنة قبلته زوجا وهى لا تدري انها حطمت بهذا القرار قلبا شابا كان أملة الوحيد أن يصل الى المركز الذى يسمح له بطلب يدها . . .

ترى لو قدر لهذا الشاب أن يتزوجها ، هل كانت تصبح أسعد حالا مما هى عليه اليوم ؟ وهو . . . هل كان فى استطاعته الوصول الى هذا المركز الذى يشغله اليوم ؟

قلمها

ان قابول الشبان لا تتحطم وان فرض وتعلمت يوما او شهرا او سنة فانها لا تلبث ان تعود الى قوتها وعنفوانها . كيف تريدونه ان يقدم على الزواج منها ولم يكن يملك من حطام الدنيا سوى مرتبة الضئيل ووظيفته التى لا تبشر بمستقبل زاهر ؟ لقد كان يدرك تماما أن الفقر يقتل الحب . مهما يكن هذا الحب قويا . فانصرف عن التفكير فيها وأخذ يفكر فى نفسه وفى مستقبله . وكان أمامه طريق مملوء بالعقبات فعمل على اجتيازها الواحدة بعد الأخرى حتى وصل بعد كفاح مرير الى الحقيقة التى لا يؤمن بها الا من تجاوز الاربعين ولا يعترف بها الا من عركته الايام ، وهى ان الحب أسطورة الاساطير . . .

خليل صابات



أن تطالب رجلها الا بأن يكون رجلا . .

وفى هذه اللحظة « ستبور » أخواتنا وبنات عمنا وخالنا ، وسيصبحن من الكثرة بحيث ، يبدأ قانون العرض والطلب ، فى عمله الرهيب ، فيصبحن « كل عشرة بقرش » ، على حد قولهن عندما يردن التندر والفكاهة . .

أنا ذاهب الى الريف ، وسأزوج فلاحه جميلة رائعة . . ولتصنع « ميمى » و « كيكى » و « زيزى » ماشن .

احمد شلبى

بنت النيل :
نشكرك أيها الصديق على ماكتبته ، وبفرض أن الشبان لم يفعلوا ما تريد ، فان رسالتك هذه ستكون قد أدت دورها الكامل ، فى لفت انظار هذه الطبقة الى خطورة تصرفاتها ، وتنبيهها الى أنها تحمل فى طياتها عناصر دمارها العبدى ، والنفسى . . !
نشكرك أيها الصديق ، ونقول لك « عندك حق » فان من الغريب جدا والشاذ جدا ، أن تستطيع أوهام وألوان زائفة ، أن تقف فى وجه أعرق حقيقة فى الوجود ، وهى أنه لا بد لكل رجل من امرأة ، ولا بد لكل امرأة من رجل . .

ارجو نشر رسالتى هذه بعد أن تعلنوا عدم مسئوليتكم عما يرد بها من أفكار واقتراحات ، أكون أنا المسئول عنها والشاكر لكم على إتاحة الفرصة لى لأبدائها .

هذه الرسالة نداء الى أبناء الطبقة المتوسطة وخاصة خريجي الجامعات . . أطالبهم فيها بأن يضربوا اضرابا تاما عن الزواج من بنات طبقاتهم وأن يقدموا فورا على الزواج من بنات الفلاحين . اليوم لم تعد الحلول اللينة لمشاكل الحياة تصلح لها . .

عندك حق !

يؤجرون ثقافتهم وتخصصهم المهني .

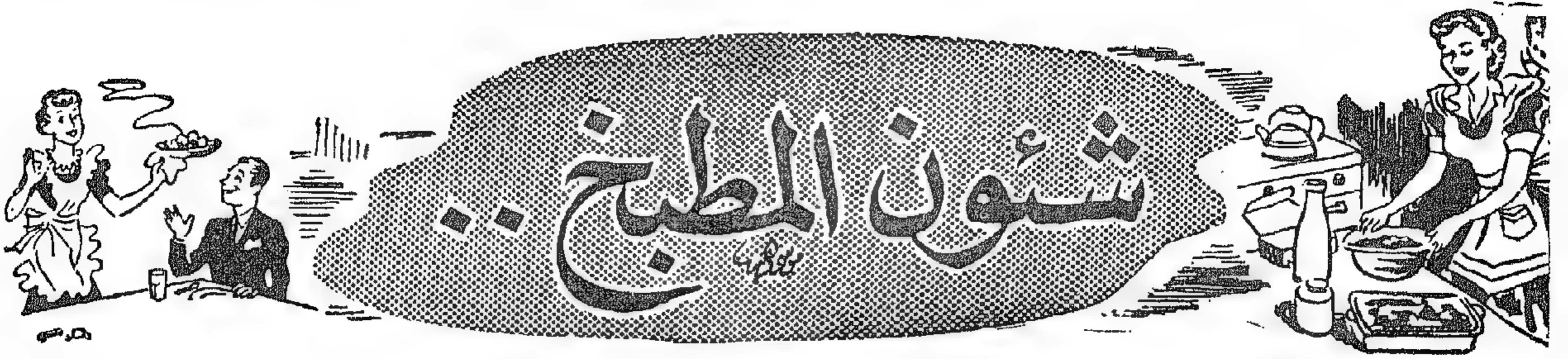
ولذلك كان الشباب من الطبقة المتوسطة بائسا ، يعد الزواج بالنسبة له ضربا من المستحيلات أو من الامانى التى قد تمن الاقدار عليه بتحقيقها ، ولا غرابة فى ذلك فدخله لا يمكن بحال من الاحوال أن يسد الالتزامات التى يلتزم بها ، عندما يتجرا ويحاول الزواج ولما كنا قد قلنا أن الزواج مطلب ضرورى عميق الجنود ، فان التوانى فى تحقيقه جريمة ، يرتكبها الشباب فى حق أنفسهم ، وعليهم أن يحققوا هذا المطلب مهما كانت الوسيلة فانها ستؤدى الى تحقيقه .

والوسيلة بسيطة ، وسهلة . . أضربوا أيها الشبان عن طلب أيدي « الهوانم » الرقيقة ، وشدوا على الايدي التى تحلب البقر ، وتعجن الدقيق ، وتخبز الخبز الطيب العظيم ، تزوجوا من بنات الفلاحين ، وحققوا لانفسكم الدعة والراحة والطمأنينة ، والى جواركم قلوب متقشفة مكافحة صلبة ، على أنها فى أجساد أنثوية لا تفرق عن غيرها ، الا فى أنها ترفض

ومشكلة الزواج من أكبر مشاكل الحياة . . فالزواج مطلب ضرورى عميق الجنود . . فلا أقل من أن تحل مشكلته بالعنف اللازم لاقط المشكلات . .

والآن ماهى المشكلة ، أى ماهو العائق الذى يقف فى سبيل تحقيق هذا المطلب ؟ . . انه الاوهام التى تسيطر على تقاليد الزواج فى طبقتنا المتوسطة . . والتقاليد الزائفة التى تلقى بظلها الثقيل أمام عيون عرائس هذه الطبقة . . فلا يستطيعن أن يرين الزواج على حقيقته ، كعلاقة طبيعية مقصورة على ناحيه محددة من نواحي الحياة ، ليس لها أن تسيطر على باقى النواحي . وتحت هذه الظلال . .

يمكن أن ندرج كل الطلبات التى تعتقد طبقتنا أن الزواج لا يتم بدونها . . من المهور الباهظة والهدايا الفادحة ، والرسميات التى تكلف أغلى الاثمان . فالواقع أن طبقتنا مرفوعة العين دائما الى الطبقة الاعلى منها ، وهى الطبقة المثرية « الراقية » ، تصر على التشبه بها والنسج على منوالها ، منكرا أنها تتكون من عمال أمهر قليلا من عمال الطبقات الدنيا ،



صحن اليوم

العدس بالملوخية الناشفة
سلطة طماطم
فاكهة

صحن اليوم : رغم بساطته الا انه يحتوى على جميع العناصر الغذائية اللازمة للاكلة الكاملة لا سيما اذا عملت الاكلة كاملة فسلطة الطماطم والفاكهة تجعل الوجبة كلها متممة لبعضها

العدس بالملوخية الناشفة

المقادير

نصف قذح عدس
٣ ملاعق كبيرة ملوخية جافة
ملح وفلفل
١ رأس ثوم كبيرة
٣ ملاعق كبيرة سمن
قليل من الكزبرة

الطريقة :

- ١ - اغسلي العدس جيدا ثم ضعيه في كمية من الماء واسلقيه حتى ينضج تماما ثم ضعيه كالمعتاد ولا حظي ان يكون قوامه مناسباً
- ٢ - أضيفي اليه الملوخية الناشفة وارفعيه على النار الهادئة حتى يغلي ويأخذ قواماً غليظاً يصلح للاكل ثم اضبطي الطعم بالملح والفلفل
- ٣ - قشري الثوم ودقيه في الهاون مع الكزبرة وقليل من البهار ثم حمريه في السمن ويصب فوق العدس الناضج وتغطي الحلة فوراً لكتم فكهة الثوم والتوابل
- ٤ - عند التقديم يغرف العدس في اطباق عميقة ويقدم ساخناً ومعه سلطة الطماطم

أرز بنت النيل بالخضر

المقادير :

١ اقة باذنجان رومي
١ رطل لحم بتلو صغير
٢ كوب أرز
سمن
٤ كوب ماء
ملح وفلفل وبار
١ رطل ورق عنب

الطريقة :

- ١ - قشري الباذنجان وقطعيه حلقات ثم حمريه في

السمن

٢ - قطعي اللحم الى مكعبات صغيرة واغسله ثم تبليه بالملح والفلفل والبهار ولا مانع من اضافة قليل من عصير البصل الى اللحم .

٣ - ارفعي اللحم فوق النار الهادئة وغطي الاناء واتركيه حتى ينضج نصف نضج ويشرب الماء

٤ - اسلقي ورق العنب

٥ - اغسلي الارز ويفلن نصف نضج بنصف مقدار الماء المذكور ويتبل بالملح « كوبتان »

٦ - احضري طبق بللوري من اطباق الفرن الخاصة واذا لم يتيسر وجوده عندك فاستعيني عنه بصينية او طاجن ثم ادهنيها دهناً خفيفاً بالسمن .

٧ - ضعي في القاع طبقة من الارز ثم طبقة من اللحم وطبقة باذنجان وطبقة أرز وهكذا ضعي الارز واللحم والباذنجان في طبقات متبادلة حتى تمتلئ الصينية وغطي الوجه بطبقة سميكة من ورق العنب المسلوق

٨ - أضيفي باقى مقدار الماء « كوبتان » أو استبدليهما بهريز عظم ان امكن ولا بد ان يكون الماء مغلي فيضاف الى الارز واللحم وغطي الاناء وارفعي الجميع فوق النار الهادئة او في الفرن حتى يتم نضج اللحم والارز ويتشرب جميع الماء .

٩ - قدميه للاكل ساخناً

ملحوظة :

راعى الاقتصاد في طهي خضرواتك اليومية واستعمل بهريز العظم مستغنية به عن اللحم ولو لمدة ثلاث أيام في الاسبوع . فبهريز العظم فيه قيمة غذائية مماثلة لما في اللحم . أما ان أردت أن تكون مائدتك متعددة الاصناف فقومي بعمل صنف مستقل من اللحم قائم بذاته بجانب الاصناف الموضحة بالوجبة ، كذلك يمكنك استبدال الفاكهة بأى نوع من أنواع الحلوى التى تروق لك مراعية حرارة الجو ، كذلك أنبهك الى الاقلال من استعمال البخن في طهي طعامك واستعمل الصلصة البيضاء في طهي خضرواتك لانها أخف بكثير على المعدة وأصح للجسم عن الحمراء وفضلاً عن انها صحية فهي لذيذة الطعم . ويمكن ان تكون الصلصة البيضاء المستعملة سميكة لدرجة تغطي بها الاطعمة كما في صلصة البشاميل أو رفيعة كالدمعة العادية ويمكنك استعمال هذه الصلصة في طهي جميع الخضر مستغنية بذلك عن استعمال الطماطم .

٤ - اضربي زلال البيض ضربا جيدا حتى يتجمد ثم يضاف بخفة جدا الى المزيج السابق مع التقليب الخفيف حتى يمتزج الجميع واحذر من الضرب او التقليب بشدة حتى يحتفظ المزيج بقوامه الخفيف الهش .

٥ - صبي المزيج فى اطباق بللورية صغيرة عميقة « وهذه الكمية تكفى لاربعة أطباق صغيرة » أو صبيها فى كاسات زجاجية و اتركها فى الثلاجة او حول الثلج حتى تثلج تماما وتمسك .

٦ - زخرفى السطح بشريط من الكريم شانتيه « الكريمه اللباني المحلاة بالسكر » ، ثم زخرفى الوسط ببوردة من الكريم شانتيه ايضا ورشى القليل من الشيكولاته الفارمسيل فوق الوردة كما هو موضح تماما بالرسم . او يمكنك ان تستبدلى الشيكولاته الفارماسيل بكريزة مسكرة

٧ - اتركى الاطباق فى الثلاجة حتى وقت التقديم

٨ - قدمى كريمه الشيكولاته هذه ومعها اى نوع من انواع البسكوت الجاف كما هو موضح بالرسم

فطائر بذت النيل

هذه الفطائر اقتصادية جدا وسهلة العمل ويمكن تقديمها لاطفالك فى وجبة الفطار او بعد الظهر اما بمفردها او مع فنجان من الشاي واللبن وهى مستحبة لدى الاطفال والكبار .

المقادير :
١٠ ملاعق كبيرة دقيق جيد
او ما يعادل ١٠ أوقيات
نصف اوقية خميرة بيرة او
ما يعادل القرش صاغ
خميرة
١ اوقية زبدة او ما يعادل
١ - انخلى الدقيق فى وعاء ثم اعملى حفرة فى وسطه واضيفى اليه ذرة الملح .

٢ - اذيبى خميرة البيرة بسرعة فى اللبن الدافىء ثم صبي اللبن فى وسط الدقيق وابدئى بتقليبه من الوسط الى الحرف حتى يتم عجن العجينة واضربها جيدا حتى تصير ملساء ثم غطيها بغطاء سميكة وضعيها فى مكان دافىء (بالقرب من الفرن او على منضدة المطبخ بالقرب من ابواب الغاز) واتركيها حتى تتخمر ويرتفع حجمها ويصل الى الضعف

٣ - تحلل الزبدة فوق نار هادئة ثم اضيفيها وهى دافئة الى العجينة المختمرة وكذلك اضيفى باقى المقادير (البيض والسكر ومبشور جوزة الطيب) ثم اضربى العجينة اما بالملعقة او باليد ضربا قويا شديدا لمدة ١٠ دقائق حتى تتماسك ويسمع لها صوت فرقعة ولا تلتصق بجدار الوعاء



كريمة الشيكولاته

من الاصناف الحلوة المثلجة وهى سهلة العمل لذيدة الطعم ويمكنك ان تقدميها لزائريك او فى ولائتك الفاخرة .

المقادير :

٤ بيضات
٣ اوقيات شيكولاته محلاة بالسكر
نصف ملعقة صغيرة فانيليا
سكر بودرة للتحلية اذا احتاج الامر
كريم شانتيه للزخرفة
شيكولاته فارماسيل للزخرفة
قليل جدا من الماء حوالى
ملعقتين كبيرتين

الطريقة :

١ - افصلى صفار البيض عن الزلال
٢ - اضربى صفار البيض جيدا جدا بمضرب البيض حتى يبيض لونه ويصير هشاً خفيفاً ثم اضيفى اليه الفانيليا .
٣ - ضعى الشيكولاته مع القليل جدا من الماء فوق النار الهادئة حتى تتحلل وتحصل على عجينة سائلة منها ثم توضع بعد ما تبرد مع صفار البيض وقلبى الجميع جيدا حتى يمتزجا معا (البيض والشيكولاته) ثم اضبطى الطعم واضيفى من سكر البودرة ما يكفى للتحلية الى الدرجة المطلوبة



طهي شهر ابريل

الخميس ٨ ابريل

كوسه مكمورة، ارز مفلفل
مخلل ، فاكهة

الجمعة ٩ ابريل

فاصوليا جافة مكمورة ،
ارز بنت النيل بالخضر ،
سلطة خضار ، فاكهة

الخميس أول ابريل

فاصوليا خضراء مكمورة ،
ارز مفلفل ، مخلل ،
فاكهة

السبت ١٠ ابريل

طبق محاشي منوع ، لحم
بالدمعة ، سلطة طحينة،
فاكهة

الجمعة ٢ مايو

فراخ محمرة ، ملوخية
خضراء ، دمعة ، ارز مفلفل
فاكهة

الاثنين ١١ ابريل

ترلي ، مكرونه اسباجتي،
سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٣ ابريل

مسقعة باذنجان بدون لحم
مكرونة ، سلطة خضار،
فاكهة

الاثنين ١٢ ابريل

طعمية ، باذنجان مقل ،
سلطة زبادي ، فاكهة

الاثنين ٤ ابريل

خرشوف بالتربية ، ارز
بصلصة الطماطم ، سلطة
خضار ، فاكهة

الثلاثاء ١٣ ابريل

فول اخضر مكمور ، ارز
ريفي بالبيض ، سلطة
طماطم ، فاكهة

الاثنين ٥ ابريل

عدس بالملوخية الجافة ،
سلطة طماطم ، ارز مفلفل
فاكهة

الاربعاء ١٤ ابريل

لحم بالدمعة ، قلقاس
بالخضرة ، مخلل ، ارز
مفلفل ، فاكهة

الثلاثاء ٦ ابريل

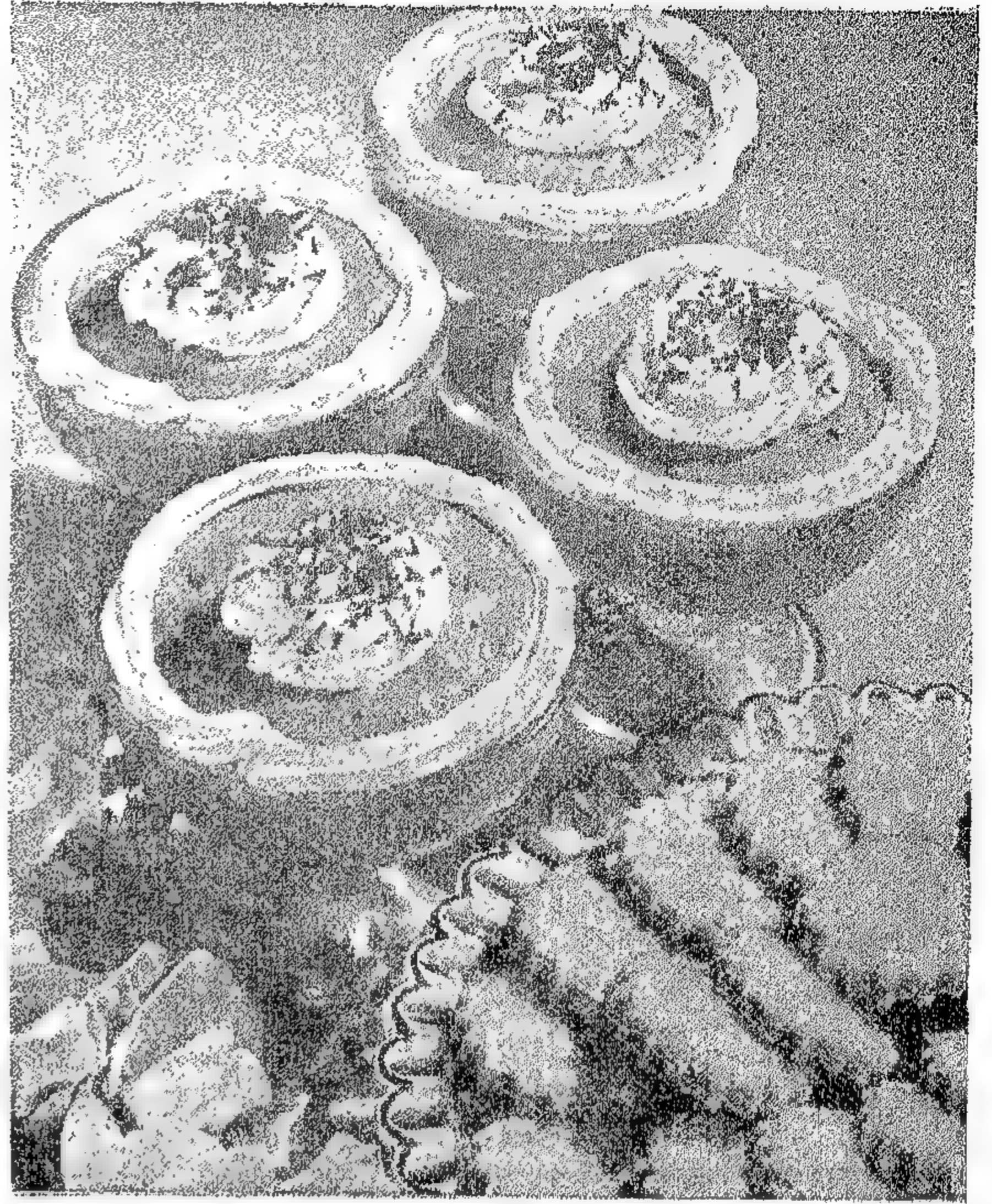
بازلأ مكمورة ، ارز
مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الخميس ١٥ ابريل

خبازه ، دمعه ، ارز
مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاربعاء ٧ ابريل

صينية بطاطس باللحم ،
ارز مفلفل ، سلطة خضار
فاكهة



٤ - غطي العجينة ثانيا بفوطة سميكة. واطريها في مكان دافئ مدة من ١/٢ الى ٣/٤ الساعة حتى تختمر وتصير العجينة سهلة التشكيل

٥ - شكلي العجينة بان تبرم على قطعة منها على لوح مرشوش بالدقيق وتشكل على شكل ملفات منفردة او ملفات متماسكة او ضفائر او حسب ما ترغبين بالاشكال الموضحة بالرسم . ثم ضعي الكعكات فوق الصينية وغطيها واطريها مدة ١٠ دقائق لتختمر .

٦ - حمريها في السمن او الزيت المقذوح حتى تنضج ويصير لونها اصفر ذهبيا ثم تنشل من السمن او الزيت وتوضع فوق ورقة لامتنصاص السمن الزائد . وعند التقديم يرش وجهها بالسكر البودرة كما هو موضح بالرسم او يمكنك خبزها في الفرن وفي هذه الحالة ادهني سطحها بقليل من البيض المربوب . وتخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .

لا تنسى !!

لا تنسى عمل شربات البرتقال واليوسفي في هذا الشهر حيث موسم الموالح قد قارب على الانتهاء وسوف ينفعك كثيرا في فصل الصيف :

اعمليه بالطريقة الباردة التي سبق أن شرحتها في اعداد كثيرة للمحافظة على جميع الفيتامينات الموجودة به .

اللبنة الزبادى

الطريقة الصحيحة لعمله:

الزبادى من أصناف اللبن المتخمرة التي استعملت من قديم الزمان وانتشرت صناعته فى بلاد الشرق الادنى وأوروبا الشرقية كتركيا واليونان حيث يعرف بالياغورت ويعرف باسم اللبن المتخمّر فى جهات أمريكا . أما فى مصر فيعرف باسم اللبن الزبادى أو لبن السلاطين .

والزبادى عبارة عن لبن متخمّر يباع على شكل خثرة لذينة الطعم وحموضتها مقبولة وهو يحتوى على جميع مركبات اللبن الغذائية وتكثيف اللبن وتركيزه أثناء صناعته يجعلان لقيمته الغذائية درجة أعلى من اللبن الحليب . واللبن الزبادى منعش ومرطب فى الصيف وحموضته ترجع الى فعل بعض أنواع البكتريا التى تحول سكر اللبن وبعض سكرياته الاخرى الى حمض لاكتيك وهذه الحموضة تسهل عملية الهضم كما تقاوم ميكروبات التعفن والمرض التى توجد فى الامعاء فتسبب وسطا غير ملائم لحياتها كما أنها تنظف المعدة من فضلات السموم التى تسبب الاضطرابات المعدية والمعوية وتعمل على التعجيل بالشيوخوخة قبل الاوان .

وقد أجريت تجارب واحصائيات شملت الذين يداومون على تعاطى الزبادى فظهر أن أغلبهم من المعمرين .

ويؤكل الزبادى طازجا أو كسلاطة ويعمل منه نوع من الجبن يسمى لبننة وبعض الاشخاص يضعون عليه بعضا من السكر أو المربى .

يجب أن يكون اللبن نظيفا (ويفضل اللبن الجاموسى لدسماته) وأن يكون طازجا فتختبر درجة حموضته

بأخذ جزء بسيط منه وغليه فان تجبن فلا يصلح اللبن للصناعة .

١ - يصفى اللبن فى وعاء نظيف ويوضع هذا الوعاء داخل وعاء أكبر منه يحوطه الماء ثم يوضع على النار حتى يغلى ويستمر فى التقليب لمدة ربع ساعة لتبخير أكبر جزء من الماء . ولكى يأخذ اللبن قواما كثيفا ويعتبر الغلى بمثابة تعقيم

٢ - يبرد اللبن مباشرة باحاطته بماء بارد مع التقليب حتى يصير دافئا .

٣ - تستحضر سلطانية زبادى من اليوم السابق ويستبعد سطحها الدهنى بكشطه ثم يؤخذ منها قدر ملعقة شاي لكل ٨ - ١٠ أرطال من اللبن .

٤ - تدهك ملعقة الزبادى فى سلطانية أخرى أو كوب بظاهر المعلقة وتخفف بقليل من اللبن السابق (الدافئ) لتكون مستحلبا بدون تخرز .

٥ - تضاف الخميرة الى اللبن وتقلب به قليلا قليلا لمدة دقيقتين .

٦ - تعبأ أوعية الزبادى الصينية أو الزجاجية أو الفخارية المدهونة أو التى من الورق المقوى .

٧ - يسوى الزبادى فى بيئة ملائمة وجو ثابت من الحرارة لمدة ٤ الى ٦ ساعات بعيدا عن التلوث والتيارات الهوائية والضوء المباشر وذلك برص الاوعية فى حوض الجبن المزدوج الذى يجهز بوضع ماء ساخن بين جدرانه ثم يغطى الحوض بلوح من الخشب لحفظ الحرارة .

ويوضع اللبن الزبادى فى وعاء (حله) ويوضع هذا الوعاء فى وعاء أكبر منه (حله أخرى كبيرة) ويوضع حول الوعاء الصغير الموضوع به أوعية الزبادى ماء ساخن ويغطى . ويعتبر هذا كحمام مائى .

٨ - عند انتهاء التسوية يحفظ الزبادى فى الثلاجة حتى لا ترتفع الحموضة به ويفسد طعمه . ويمكن عمل صندوق من الخشب له أرفف جانبية ترص عليها الاوانى وله باب بأحد جوانبه لادخال موقد تنبعث الحرارة منه الى فراغ وسط الصندوق من الداخل بالنزك لسهولة تنظيفه وليكون أكثر قدرة على حفظ الحرارة الداخلية ومقاومته للاحتراق وقد يستعاض عن الموقد بمد الصندوق بللمبة كهربائية تركيب بداخله قوة ١٠٠ شمعة .

الطريقة البلدية لصناعة الزبادى :

وهى الشائعة بمصر وفيها يجرى الآتى :

١ - يصفى اللبن ويغلى على النار المباشرة مع التقليب

٢ - يعبأ اللبن بعد غليه فى الاوانى الى ثلثيها ويترك مدة فتتخفف درجة الحرارة التى قد تعرف بكثرة المران (ويسمى عند العامة درجة دمعة العين أو حرارة الدم)

٣ - يؤخذ مقدار من الخميرة وتخفف باللبن أو الماء وذلك بنسبة ملعقة شاي لكل رطل لبن .

٤ - توضع الخميرة فوق سطح السلاطين المعبأة دون تقليب وذلك بملعقة صغيرة أو قطارة .

٥ - يغلى باقى اللبن بالطريقة السابقة ثم يصب فى السلاطين لتكملتها وبذلك تتكون فى وسط السلاطين فقاعة مرتفعة يسمونها (سرة اللبن) .

٦ - ترص السلاطين على أرفف صندوق التسوية المحكم القفل السابق شرحه فى الطريقة السابقة وتترك حتى تتم تسويتها فى خلال ٣ الى ٥ ساعات .

عيوب اللبن الزبادى فى صناعته :

١ - أن يكون طعمه لاذعا نتيجة لارتفاع نسبة الحموضة به ويرجع ذلك الى زيادة كمية الخميرة أو ارتفاع درجة الحرارة أثناء التخمير وتركه مدة بعد تمام التخمير أو حفظه لمدة طويلة .

٢ - وزيادة الحموضة تسبب تشريش الزبادى .

٣ - اذا قلت الخميرة أو كانت ضعيفة أو كانت درجة الحرارة أثناء التخمير منخفضة فانه ينتج عن ذلك رخاوة فى القوام .

٤ - اكتساب اللبن للطعم المطبوخ من تأثير اغلائه على النار المباشرة بالطرق البلدية .

٥ - عدم تجانس توزيع الدهن فى اللبن بظهور «الوش» (طبقة من القشدة الرقيقة جدا) وينتج ذلك من عمل الزبادى بالطرق البلدية .

على شعبان

المدرس بالجيزة الاعدادية الثانوية



أم وفاة ١٠٠

بريسد

تلقينا رسائل حول موضوع الفرقة المصرية الحديثة الذي نشرناه في العدد الماضي ، ونحن نعتذر من عدم نشر شيء من هذه الرسائل ، رغبة منا في المحافظة على الوحدة وسلامة كيان المسرح المصري في هذه الظروف .

الام الفنانة ١٠٠

لم تنته بعد اللجنة المشرفة على وضع شروط انتخاب الام الفنانة لعام ١٩٥٤ وسننشرها في العدد القادم .

٠٠ قديسة

وهذه رسالة من « نازلي ابراهيم » المدرسة بمدرسة الايمان القبطية الثانوية تنعى فيها على أحد أعلامنا مبالغته في تصوير شخصية المدرسة . . . ونحن معها في أن تصوير هذه الشخصية كانت فيه مبالغة ، ولكن نحب أن نقول ان « القديس » الذي تريد أن تظهر المدرسة في اطاره ليس له مكان في هذا النقد ، فكل انسان يمكن أن يكون قديسا ويمكن أن يكون شيطانا . . . سواء أكان مدرسا أم مهندسا أم محاميا أم دكتورا . . . أم كان هو كاتب هذه السطور!

« ي »

أخبار على الفن

الفنانات المصريات في موكب نضال المرأة المصرية

والشخصية ، ولقد بدت هذه الروح القومية العالية في كل فنانة قابلتها في فترة الاعتصام . . . وكلهن يؤيدن حقوق المرأة الدستورية ، ويبدن استعدادهن لتحمل نصيبهن الكامل من كفاح المرأة المصرية المناضلة .

لقد أبدن استعدادهن للامتناع عن العمل ، وهو مورد أرزاقهن ، وأبدن استعدادهن لكل تضحية يقتضي الواجب القومي أن يبذلنها في هذا السبيل ، وتعددت برقياتهن الى المسئولين تعلن تأييد بنت النيل وتطالب بحقوق المرأة المصرية التي تعيش في عصر الذرة . . . لا عصر ما قبل التاريخ . . .

ولهذا فان لهن هذه التحية !

الفنانات المصريات جديرات بكلمة تحية ، في المناسبة التي شغلت الرأي العام العالمي على طول شهر مارس المنتهى ، وهي مناسبة اعتصام السيدات المصريات متضامات مع الدكتورة درية شفيق « بنت النيل » في نقابة الصحفيين في القاهرة والاسكندرية ، وصيامهن حتى تجاب المرأة المصرية الى حقوقها السياسية العادلة .

لم أكن أشك مطلقا في أن الفنانات المصريات ، شأنهن شأن سائر المواطنات ، يدركن حقوقهن الوطنية ، ويعلمن أيضا واجبهن في مثل هذه المناسبة . ولم لا ألسن من المصريات العاملات بجهد وكد في هذا الوطن ؟ لقد اشتركن في الاعتصام والصيام ، وقد انهالت علينا الاتصالات التليفونية



الديك . . الرومي ١٠٠

الفرقة المصرية الحديثة

تقدم

بالاشتراك مع

يوسف وهبي

المسرحية المصرية الجديدة

المنزيفون

تأليف الكاتب الكبير

محمود تيمور

إخراج :

فتوح نشاطي

بمسرح

حديقة الازبكية

ترفع الستار يوميا

الساعة ٩:٣٠ مساء



الجمعة والاحد

حفلة اضافية

الساعة ٦:٣٠

نقابات مهنية ١٠٠!

الى متى يظل مشروع النقابات المهنية للفنانين يتعثر في خطواته الثقيلة ؟ الى متى يظل الفنانون في نقاباتهم لا تعترف لهم الدولة بأكثر من أنهم « عمال » وأن نقاباتهم عمالية ؟ ان العمل شيء مقدس وان العمال قوم محترمون ، وهم بناء مجد هذه البلاد وعظمتها وتقدمها . ولكن هذا شيء وما نتكلم فيه شيء آخر . أليس التمثيل مهنة ؟ أليس العمل السينمائي مهنة ؟

أليست الموسيقى مهنة ؟ ان من حق الثورة على الفنانين أن ينهضوا برسالة الفن في ركب الثورة المتقدم الى الامام ، ولكن من حقهم على الثورة أيضا أن تعرف لهم وجودهم وكيانهم وأن تضعهم في مكانهم الصحيح . ولعل أول حق للفنانين في هذا هو أن تقول الدولة لهم : « أيها الفنانون ... ان عملكم مهنة فنية وان نقاباتكم مهنية »

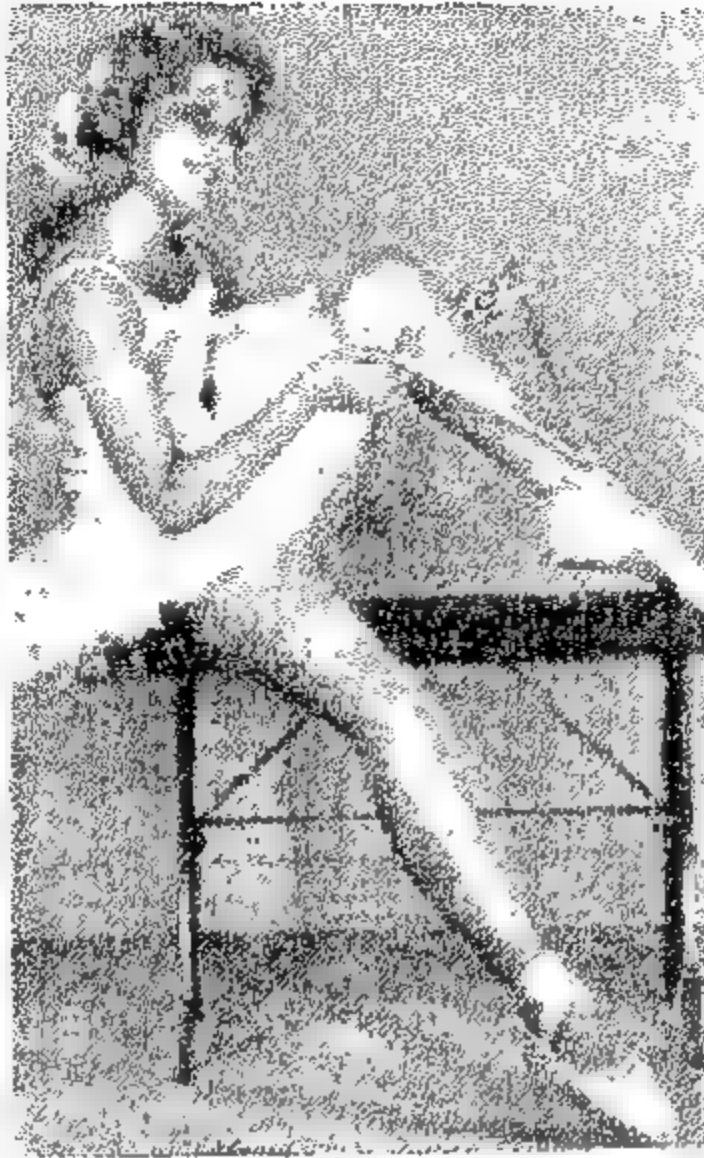
لقد كانت هذه الكلمات دائما حلما من أحلام الفنانين في العهود الماضية وكانت دائما في الوقت ذاته وعدا حلوا كالوعود الحلوة المعسولة ... التي يسمعها الفنانون في كل عهد ومن لسان بعض المسؤولين ... ولكن الفنانين قد سئموا هذه الوعود ، ان الوعود لا تطعمهم ولا تسقيهم ولا تضمن لهم حياتهم الكريمة . كما لا تضمن لهم مكانهم الذي ينشدونه بين طوائف المجاهدين العاملين في هذه البلاد ، والذي هم جديرون به ...

فمتى تقول الدولة هذه الكلمة ؟

باليه ماركيز دي كوفاس

شهدت دار الاوبرا في الايام الاخيرة فرقة الباليه التي تحمل اسم الرجل الذي يتحمل كل نفقات قيامها وخطواتها الى قمة المجده « الماركيز دي كوفاس »

ونحن نظلم هذه الفرقة حين نوجز الحديث عنها في هذا الحيز الضيق من صفحاتنا ، فان قصصها وموسيقاها ورقصاتها ومناظرها وملابسها ... كل



شيء من هذه الاشياء - وهي مقومات العمل الكامل - يكفي لكتابة صفحات هذه « بحيرة البجع » . . . موسيقاها لتشايفونسكي . . . ووضع رقصتها ماريوس بتيباوليو ايفانوف وهذا هو « الحب الساج » وضع

قصته جورج سكيين ووضع موسيقاه فرنسوا

تم هذه قصة « سجين القوقاز » التي استوحاها جورج سكيين من قصيدة اسكندر بوشين ، ووضع رقصتها جورج سكيين على موسيقى آرمان كاشانوريان ، واصلها اسطورة شعبية روسية البعث الفن لعابرة الفنانين

هل نستطيع ان ننقل صورة صادقة لبراعة هذه الفرقة في فنها الممتاز ؟ اقلا . وكل الذي نستطيع ان نقوله هو ان مثل هؤلاء الناس يمكن ان يعلموا فناني الدنيا . . . فن الباليه !

مسرح العرائس ٠٠

أذكر أن وزارة المعارف كانت قد بدأت منذ سنوات في انشاء « مسرح العرائس » لتقدم لتلاميذ المدارس لونا من ألوان التسلية الخفيفة كوجه من وجوه النشاط المدرسي .

و « مسرح العرائس » الذي كانت وزارة المعارف قد أنشأته ، هو ما يسميه العامة عندنا « الارجوز » ولكن كلمة « الارجوز » لم تكن توافق وقار المدارس ووقار وزارة المعارف طبعاً ، فأسمته « مسرح العرائس » .

هذا الكلام أقوله لاسأل : ماذا قدم مسرح العرائس لمصر من خدمات فنية ، كان يستطيع وكان يلزم أن يؤديها بين الاطفال والفتيان ؟

ان « الارجوز » ليس شيئاً مقصوداً على مصر ، فان كثيراً من بلاد أوروبا قد عرفت « مسرح العرائس » ولكنهم هناك عرفوه على وجه آخر ، عرفوه رسالة قيمة وبرنامجاً مدروساً وأهدافاً معينة واضحة ، تأخذ بأيدي الصغار في سهولة الى المبادئ السامية في الحياة ، وطنية واجتماعية وصحية . . . وتجعل من التسلية الصغيرة وسيلة كبيرة الى نهضة عامة في مختلف المناحي .

ان « مسرح العرائس » يستطيع أن ينهض بدوره الكبير في بناء أجيالنا المقبلة ، وبطريقة يمكن أن تؤدي لمصر خدمات

فما رأى المسؤولين ؟

يوسف فهمي



زوزو نبيل

أم ، وزوجة تعرف واجبات الزوجية . . . اذا كانت قد خدعتك بادوار الاغراء التي تؤديها . . . فعدا منها ، انها في حياتها الخاصة « فتوة » يشفق « الخط » على نفسه من اصابها المباشرة !!

بنات النيل

محل مشاكل

نشأت في أسرة محافظة شديدة التمسك بالتقاليد .. فلم أكن أحاول التفكير في الحب بحكم الجو المتزمت الذي أعيش فيه حتى فوجئت منذ عام بأبن عمتي وهو يصارحني بحبه لي .. وما كادت براعم الحب تتفتح في قلبي حتى صدمت باستحالة زواجي منه بسبب اشتراكه معي في الرضاعة .. وتغلب شعور الإخوة الجديدة على مشاعري نحوه ففطمت قلبي عن حبه ولكن بعد أن كنت قد تورطت في ارسال بعض الخطابات اليه .. واليوم وهو على أبواب الزواج من غيري فقد أصبح أمر الخطابات يشغل فكري وأخشى من افشاء خبرها عند زوجته وهي قريبتى فهل ترين أن مخاوفي في محلها ؟

المعذبة س. ل - روض الفرج
بنات النيل :

- اننى أستبعد التجاء قريبك الى هذا التصرف الشائن ضدك بعد الموقف النبيل الذى اتخذته حياله ولا مانع من أن تحاولي خلق روح الاخوة في نفسه نحوك فان ذلك سيدفعه الى رعاية سمعتك ومستقبلك .



اضطرتنى ظروف ضعف صحتي الى ترك دراستي الثانوية وحدث ان استشعرت عاطفة حنونة من ابن عمي الجامعي منذ

فيماذا تنصحيني ... هل أنساه من أجل أختي أم هل أحاول الاستفادة من جفاء أختي نحوه لاعمل على استرداد حبه لي ؟

أنسة ع ١٠

بنات النيل :

اننى أفهم هذه المشاعر المتضاربة التي ترهق أعصابك وضميرك .. ولكننى أرى انك ترتكبين غلطة كبيرة لو حاولت مطاردته وارغامه على الاقتران بالعودة الى حبك بحجة جفاء أختك له .. فانه لا ارغام في الحب أتركي الامور تجري حتى يستقر هو على تحديد المكان الذى يهواه قلبه ..

سنوات عشقتها في أمل وانتظار لليوم الذى يجمعنا بالزواج كما جمعتنا العاطفة .. ولكننى لاحظت أخيرا تحولا في عنايته وشعوره نحو أختي التي تصغرني ولما حاولت كشف شعورها نوه وجدت انها لا تميل اليه ولا تفكر فيه .. وأنا الآن أشقى بين شعوري بالحرمان من الامل فيه وبين شعوري كأخت تقف بين قلب من تحبه وبين أختها ..

مشكلة كل يوم ..

ما كادت سننى تبلغ مبلغ الفهم والادراك حتى كان اول شيء ادركه هو اننى من أسرة لبذت القيم الاخلاقية السوية لتسلك سبيل الضلال الذى اتخذوا منه وسيلة للارتزاق والعيش .. والان وقد صرت شابة فى سن الزواج فان صدمتى فى عائلتي وجنائتها على وعلى مستقبل تزايد يوما بعد يوم فان جمالى وثقافتى وخلقى الحميد تجلب الخطاب الى .. ولكن سمعة اهل تتولى مطاردتهم ودفعهم للتهرب من الزواج منى .. وهكذا اظلمت الحياة فى نظرى حتى بدأت افكر فى الانتحار لوضع حد لحياتي التمسعة وتخلصا من مستقبل المظلم واننى لالجا اليك يا سيدتى ارجو ارشادى الى الطريق الذى يخلصنى من جناية اسرتى على .. علما باننى ساكنة المرحلة الثانوية من دراستي هذا العام ان شاء الله .

العائدة ق بيروت

استفتاء الشهر الماضى

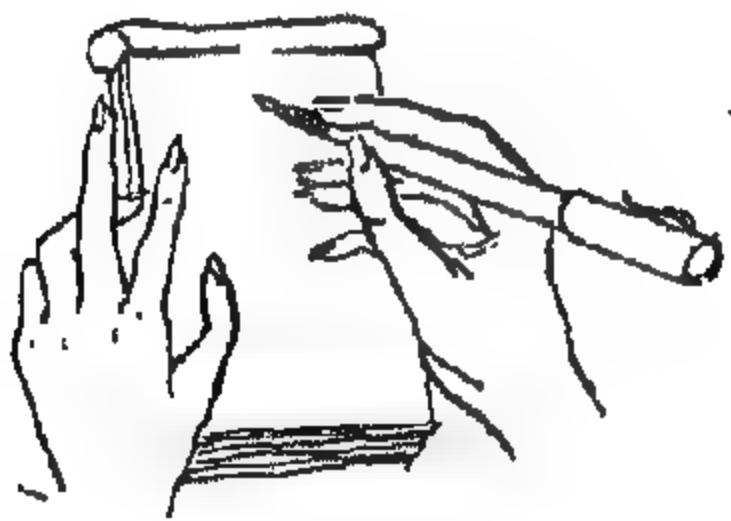
انقسم الراى فى مشكلة العدد الماضى الى راين .. الاول ان هذا الزوج غير جدير بالزوجة التي ضحت بكل ما تملك فى سبيل رفعه الى المجد والمستقبل الزاهر .. وعليها ان تلجأ الى القضاء الشرعى تطالب بالطلاق وبالنفقة .. والراى الثانى يرى ان تميميك الزوجة بحقها فى مشاركته فى يسره كما شاركها فى يسرها ولو استدعى ذلك مقاطعتها له وهى فى بيته ...

حرمتمنى الظروف من مواصلة تعليمي .. ولكننى دائمة التفكير فى واجبى نحو وطنى كمواطنة .. وكل ما أرجوه هو أن تتاح لي الفرصة لاساهم فى الدفاع عن وطنى .. واننى على استعداد للذهاب الى الميدان أحمل السلاح .. وأخفف ويلات الجرحى من أبطالنا الشجعان فى معركة الدفاع عن بلادنا العزيزة وأريد أن أعرف هل يقبل تطوعى فى الحرس الوطنى وأنا فتاة شعبية غير جامعية ؟

سعيدة عبد العزيز
بمصر

بنات النيل :

هنيئا لمصر هذا الايمان الخالص فى شباباتها الناهضات بحق الوطن ومسئولية المواطنين .. وانى اذ أهنتك على روحك العالية وغيرتك على بلادك فاننى آسفة اذ أخبرك أن باب التطوع فى الحرس الوطنى لم يفتح بعد أمام باقى نساء مصر وان كان الامل كبيرا فى قرب تحقيق ذلك .. وعلى كل حال فيمكنك التطوع فى أعمال التمريض بالهلال الاحمر أو غيره من الهيئات .



هذه المشكلة التي أتقدم بها اليك هي مشاكل متعددة فى مشكلة واحدة أخصها لك فى أننى طلقت زوجتى أم أولادى منذ ست سنوات بسبب تطبيق شقيقها لزوجته التي هي أختي ثم تزوجت وأنجبت طفلين من زوجتى الجديدة .. ولكن حدث ان عرضت على زوجتى القديمة ان نعود الى استئناف

بأن المرأة تعاني من عقدة نفسية بسبب شعورها بالنقص في شكل الظهور بمظهر القوة والتحكم في رجلها إذا لمست منه ليناً .. فنصيحتي لك أن تغير أنت أيضاً معاملتك لها فتشدد عليها باحترام واجباتها نحوك ونحومستقبل أولادها على أن تحاول في ذات الوقت البحث في نفسك عن سبب آخر لنفورها فغالبا ما لا يشعر الرجل بالنقص أو العيب الذي يضايق زوجته منه ولك تمنياتي بالتوفيق .



أهل معلق

أحببته الى حد أشعر معه اننى لا أستطيع الحياة بدونه الامر الذى جعلنى أرفض يد جميع من تقدم لطلب الزواج منى .. وقد فاتح هو أسرته بحبه لى ورغبته فى الزواج منى .. ولكن أمه ترفض بشدة وتمسك برغبتها فى تزويجه من ابنة أخيها رغم اصراره هو على رأيه .. وبذلك فقد أصبح أُملى معلقا لا أدري كيف سينتهى الامر حتى استبد بى اليأس فهل من سبيل لتحقيق حلمي وأكون مدينة لك بهناءتى طـسول الحياة ؟

حائرة

بنت النيل

وماذا يمكن أن نصنعه مع رجل غلب حبه لك، رغبة أمه فرفض الاذعان لقبول الزيجة التى تريد فرضها عليه .. انه قد تصرف تصرف الرجل المحافظ على رجولته رغم أنه مازال طالبا كما تقولين .. فأتركه يواصل التمهيد لزواجكما ولا تحاولي التدخل .. فسيعرف هو كيف يستميل أمه الى جانبه لتبارك زواجكما

الخروج وتنتهز أبسط الخلافات لتذهب غضبي الى بيت أبيها وتأخذ ولدى معها حيث يشقيني الحرمان منهما، وهكذا انقلبت حياتي الى عذاب وشقاء لأدري كيف استرجع سعادتي واستقرار عيشي معها .. وخاصة وأنا لا أقوى على فراق طفلي والا كنت فصلت فى الامر وتركتها أنتظر مشورتكم وحكمكم لهذه المشكلة التى تعذبني .

زوج معذب

بنت النيل :

الذى استطعت أن استخلصه من رسالتك أنك من هذا النوع الرقيق فى مشاعره اللين فى معاملته للنساء .. ويؤسفني ان أعترف لك هنا وأنا سيدة .

بنت النيل :

أعجبتني حماسك للعمل والاشتراك فى مسئولية العيش لاسرتك بقدر ما ألتنى موقف زوجك من ذلك .. وعلى كل حال فان بنت النيل ترحب بمعاونتك فاحضري فى أى يوم جمعة صباحا بدار الاتحاد ٤٨ قصر النيل للتشاور فى الامر .

باحث عن الاستقرار

تزوجنا من سنوات وسارت حياتنا الزوجية فى سعادة واستقرار كنت فيها مثال الزوج الوفى الكريم وزاد من سعادتي أن رزقت منها بطفلين هما قرة عيني وهناءة أيامي .. ولكننى لاحظت ان تصرفاتها بدأت تتغير فأصبحت تكثر من

حياتنا الزوجية من أجل أولادنا بعد أن تطلق من الرجل الذى عقد عليها كمحلل .. والان أريد أن أستشيرك هل أعيدها الى عصمتي من أجل الاولاد .. وهل تحلى اذا طلقها زوجها بدون الدخول عليها .. زوج حائر س م م مصر

بنت النيل :

اذا كانت هى تقبل العودة اليك رغم تزوجك من غيرها فلا مانع من ذلك رعاية لاولادك .. وعلى أن لا تحاول ربط مصيرك بمصير شقيقتك وشقيقها .. أما المحلل فلا يكون شرعيا الا اذا تمت معاشرة المحلل لها معاشرة الأزواج ولو ليوم واحد ..

الى رئيس التحرير

سببتي :

اغتنبني ابي من بين احضان امي المعلقة منذ ثلاثة شهور ليرغمنى على العيش مع زوجة ابي تحت سقف بيت واحد .. وقد كان يمكن ان احتمل فراق امي لو ان زوجة ابي كانت انسانة يمكن احتمال العيش معها .. ولكنها للأسف سيدة قاسية القلب الى ابعد حدود القسوة رغم انها ام لستة اطفال من والدى .. ويزيد من عذابي ان والدى يجارى زوجته فى معاملتها القاسية لى ناسيا او متنكرا لعق بنوتى عليه فى ظروف حرمانى من عطف الام ورعايتها الحانية ..

ولذلك فقد رايت ان ارسل لك هذا الخطاب راجية الفادنى عما تم فى القانون الذى علمت انه سيرفع سن الحضانة .. وهل يمكن ان استفيد منه فى العودة الى صدر امي الحنون التى حرمت منها مبكرا بقوة القانون القديم الذى دفعنى الى جحيم زوجة الاب .. ارجوك يا سيدتى واتوسل اليك ان تهتمى باخذ يدى لانا طفلة فى الحادية عشرة لا حول لى ولا قوة .

لقد هزت رسالتك البسيطة مشاعرى ففى صيحة بريئة اسية وددت لو استمع اليها رجالنا وآباؤنا ليدكروا مدى الظلم والشقوة التى تعيش فيها الام المصرية والطفولة المصرية .. هذه المظالم التى كانت وستظل هى طابع مجتمعا .. وانى لاعاهدك باطفلتى المسكينة انت وكل مظلومة بان تكون حياتى وجهادى فداء لحقن فى حياة سعيدة آمنة .. فلا تياسى فان قانون رفع سن الحضانة وغيره من قوانين انصاف المرأة فى طريقها جميعا الى التقرير فبعد زال عهد الظلم والاستعباد وعن قريب يصدر القانون الذى يعيدك الى صدر امك المرومة ولكنى انصحك ان تحرصى على خلق جو احسن بينك وزوجة ابيك حتى يتم الفرج .

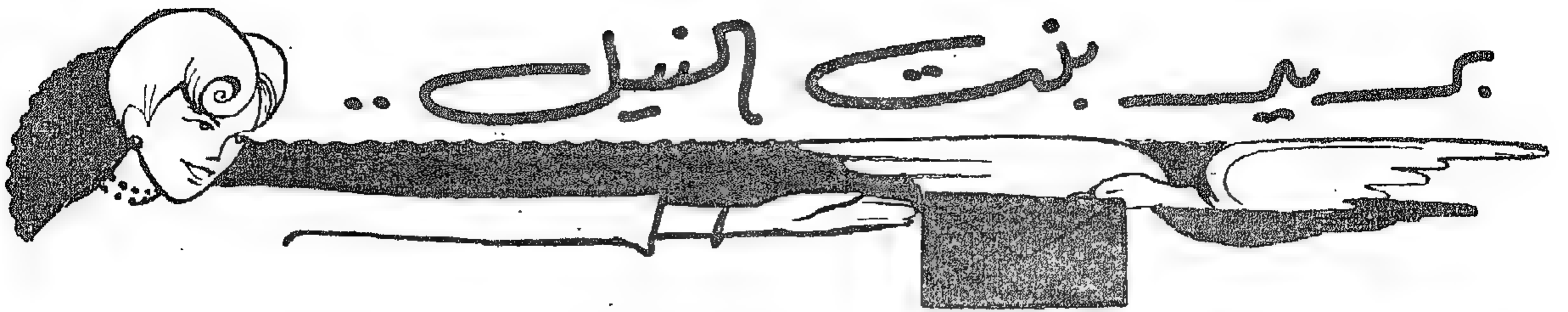
وليصة التعرير



مسئوليات ومحافظة

عندما تزوجت كان مرتب زوجى بالنسبة لاحتياجات أسرتنا الصغيرة المكونة منى ومنه .. كان لا بأس به .. ولكن حالتنا المالية لم تلبث ان بدأت تسوء عاما بعد عام كلما زاد عدد أسرتنا طفلا جديدا .. والان وقد أصبح لدينا أربعة أطفال فلم يعد أمامى الا التفكير فى مد يلى بالمساعدة لتخفيف العبء عن كاهل زوجى وأنا حاصلة على دبلوم الشقافة النسوية وأجيد الاشغال الطرزوية ولكن زوجى وهو رجل محافظ يرفض أن أخرج للعمل .. فهل أجد من بنت النيل يد العسوان فى إيجاد فرصة تساعدنى على العمل من منزلى ؟ ..

قارئة مستديمة الزمالك



كسبة بنت النيل

بريد الجرائد

يجيب على هذا البريد طيب
بنت النيل الخاص

عبد الوهاب عبد العزيز الشيخ :
نشكرك على اهتمامك بالمجلة وقد
عملنا في هذا العدد وفق ما أشرت
ونرجو ان نكون دائماً عند حسن
ظنك بنا .

شريعة كمال :

نذكره يوفى وجائر اذا تصدقت
على الفقراء بالمبلغ الذي نذكره

فاطمة محمد ابراهيم مجرم بك :
افضل لك اللون الاصفر الفاتح
ذا اللون الرائق او الابيض لا سيما
وانت صغيرة السن اذ لم تتجاوزى
بعد الرابعة عشرة . وبوجه عام يليق
بك كل الالوان الفاتحة جدا الرائقة
لاختار منها ما تشائين

مدام ميتو بالاسكندرية :

نادى الاتحاد بنت النيل له فرع
بالاسكندرية اتصلى بالرئيسة هناك
السيدة الفت هانم السلانكى
واستعلمى منها عما ترفين
آنسة ف.ى. مضر الجديدة :
ناسف لان خطاباتك لم تصلنا .
ارسلنا لنا ما تشائين من الاسئلة
لنجيبك عليها

وفاء بالدقى :

١ - دواء حب الشباب سبق نشره
فى المجلة ٢ - اعرضى نفسك على
اخصائى فى امراض النساء .

وداد ع ١٠ بهيت عمر :

اتبى واحسنة من هاتين
الطريقتين لتغذية طفلك الرضيع .
الطريقة الاولى وهى المفضلة :
مرضعة بعد ان يكشف عليها طبيبنا
من طبيب المستشفى المعالج .
الطريقة الثانية : لبن خليب بقرى
يغلى اول مرة ١٠ دقائق ويؤخذ
منه - الوش ثم يوضع فى السلاجة
لمدة ٠ يغلى ثانيا مدة عشر
دقائق ويؤخذ منه الوش ثم يوضع
فى السلاجة . يوضع عليه يابونج
بالتساوى وسكر ويغلى مدة عشر
دقائق . يوضع فى السلاجة ويطعم
منه الطفل .

الحاترة م ٠ ح ١٠ قارئة بالمجلة
الكبرى :

١ - قللى من اكل المواد الدهنية
٢ - اكرى من شرب السوائل
وخصوصا الماء الدافى قبل النوم
وعند اليقظة ٣ - استعملى مرهم
دينوسلين فى المساء ٤ - اغسلى
وجهك فى الصباح بصابون كبريت
وماء ساخن .

السيدة الحاترة سنية باسيوط :

اعرضى نفسك على اخصائى فى
الجراحة ليرى ان كان يوجد داع
للعملية .

ف.ج. سوهاج :

من الصعب اعطاء النصيحة
بدون كشف طبي . والافق ان
تعرضى نفسك على احدى السيدات
الدكاترة بسوهاج او فى مصر .
واذا تعذر ذلك فاعرضى نفسك
على احدى حكيمات المستشفى
بسوهاج . وهذا اضعف الايمان .

مشتركة بمنوف :

١ - جففى يديك جيدا عند
غسلها وضعى قليلا من الكولد كريم
٢ - ضعى فى المساء مرهم زنك .

قارئة حاترة س.ش.م :

عليك ان تستشيرى الطبيب
المعالج الذى يعطى لك ابر الهواء
فهو خير ناصح فى هذه الاحوال .

آنسة و ١٠ :

الافضل ان تعرضى نفسك على
اخصائى فى الجراحة اذ ربما تكونين
فى حاجة الى حقن او عملية جراحية
ي ١٠ ف - الطالبة بالشهادة

الاعلادية ببورسعيد :

يجب ان تعرضى نفسك على
اخصائى فى الامراض الباطنية
حتى يتأكد من عدم وجود امراض
اخرى تصعب النظر مثل فقر
الدم . واذا وجد أى مرض يعالج
وان لم يوجد أى مرض فلبس
النظارة واجب على الاقل وقت
القراءة .

ن ٠ ح ش - قارئة بالمجلة الكبرى :

يعطى دواء مقو عام للجسم
مثل هيبابوس وبعض فيتامينات
مليبيونيك . واذا لم يلجس ذلك
فلاحرى ان تعرضى نفسك على
الطبيب .

مشتركة لبنانية :

١ - اكرى من اكل الفواكه
والسلطات ٢ - لا خوف عليك من
النحافة مادمت تاكلين بما فيه
الكفاية ٣ - التمرينات الرياضية
غير واجبة وقت الدورة الشهرية
وخصوصا ان كان هناك ألم
٤ - اقرئى مجلة ماري فرانس .

ابراهيم صليب :

نصحك باستعمال دواء الشعر
المنشور فى المجلة عدد نوفمبر
سنة ١٩٥٣ .

المخلصة الحزينة بالقاهرة :

ليس أمامك الا أن تعرضى
نفسك على اخصائى فى الامراض
الجلدية .

رجاء حسن متولى بالمنصورة :

١ - نمو الجسم يستمر لنهاية
سن الخامسة والعشرين . وعليك
الاكثار من تناول المواد الدهنية .

جميلة :

لا بد من عرض نفسك على
اخصائى فى الاعصاب .

س ٠ م ٠ شيبين الكوم :

استعملى دواء الشعر المنشور
فى عدد نوفمبر من المجلة سنة
١٩٥٣ .

بريد الجرائد

يجيب على هذا البريد الزاويت
اردن اخصائية التجميل

ن ١٠ ١ - السويس :

استشيرى اخصائيا فى امراض
العيون - نظفى مكان القشور
بالماء البارد وضعى « كريم فيلما »

ف ١٠ - فاغوس :

نرجو الرجوع الى ردنا على
الحالة السابقة - امتنعى عن عمل
البيرومانيك .

ل ٠ م ٠ م - اسيوط :

تجنبى استعمال الصابون عند
التسريح وكذا الفازلين لان تأثيرهما
ضار على الشعر - استعملى مقويا
للشعر .

آنسة س :

نصحك باستشارة مندوبتنا
بصالون الزايت اردن بعمارة
الايموبيليا شقة ٢١١ لارشادك .
ومع كل يمكنك استعمال « ميلكى
ليكويد كلينزر » لتنظيف البشرة ثم
اسبيشمال استرنجت كصابون
للمسام ويوضع « استرنجت كريم »
قبل النوم ويترك للصباح . اما
كريم تحت البودرة فنوصى باستعمال
امورينا كريم او « سن بروف كريم »
ثم توضع بودرة اردنا لون فاتح
« راشيل » ونصح باستعمال
« آى لوشيون » كحمام للعين
كفائدة فى الوقاية والنظافة .

آنسة ك ٥٠ - بور سعيد :

بخصوص الحروق ناسف لعدم
استطاعتنا تقديم أية نصيحة قبل
رؤية جلدك . فاذا لم يتيسر لك
ذلك فاستعملى كريم مغذ ومنشط
للجلد .

للشرة الدهنية والمسام الواسعة
نصحك باستعمال « امورنا كريم »
« كريم قاعدة » و « بور كريم » اثناء
الليل وذلك بعد تنظيف البشرة
جيدا بـ « كلينزنج كريم » وسكين
توتيك .

للشعر الحشن يمكنك استعمال
كوليستون بارشاد حلاق .

استعملى « كريم كيونيكل »
للاظافر .

ن ١٠ - بنى سويف :

استمرى بالطريقة المتبعة مع
استعمال « سوزنج كريم » بعد
الازالة - لتبيض البشرة « كريم
بليتشنج » ثم يوضع « سن بروف
كريم » كمناخ للشمس .

نرجو ارسال عنوانك بالكامل
اذا اردت شراء المستحضرات .

ع ٠ ع - حلوان :

للتبييض استعملى كريم بليتشنج
مع عدم التعرض للشمس كثيرا . -
اعرضى نفسك على اخصائى فى امراض
نساء - ولطفلك استعملى كريم
« ايت اور » كمقوى للشعر وكريم
ادونا لتشقق كعب القدم - اعتنى
بطفلك من ناحية التغذية والرياضة
فى الشمس والهواء الطلق

فوزية احمد - اسكندرية :

تجنبى التعرض للشمس كثيرا مع استعمال كريم بليتنسج للتبييض - ضعى سوذنج لوسيون على مواضع الحبوب مع الامتناع عن تنساول الدهنيات والبهارات والاكثر من الخضروات والفاكهة

عطيات محمود حسن :

ننصح بعدم الالتجاء الى اى طريقة لازالة الشمس وممكن تغطيته باستعمال « كريم قاعده » اغمق قليلا من لون البشرة

ر . ن . احمد :

ننصح باستعمال زيت زيتون فقط مع تركه ساعة واحدة ثم غسل الشعر « بشامبوزيتى » مع تجنب الصابون

بروكسان فرحات - معرم بك :

عنوان صالون ايفا للتجميل شارع كنيسة ديانة بالاسكندرية

ا . س . و . القاهرة :

اعرضى نفسك على اخصائى امراض باطنية . نرجو ايضاح ماهية اليقعة السوداء حتى يتسنى لنا ارشادك .

علوية ابراهيم . المنيا :

يفسل الشعر جيدا بالشامبو ثم يجفف ويعمل مساج مرة يوميا « بالهرونيك » - ويمكنك الحصول على هذه المستحضرات من محلات شيكوريدل باسيوط .

د . ع . القاهرة :

بخصوص البشرة الدهنية نوصى بعدم استعمال الماء والصابون والاستعاضة عنهما بمنظف للبشرة، نرجو افادتنا تفصيليا عن الحبوب الحمراء

مشتركة بنت النيل :

داومي على التمرينات الرياضية وننصح باستشارة طبيب اخصائى

ز . س . دمنهور :

اخصائية اليزابيث اردن سترسل لك خطابا بالارشادات .

ف . ز . اسكندرية :

تجنبى الماء الساخن واعملى مكدمات بماء بارد مضاف اليه قليل من الكحول النقى مرتين فى الاسبوع . لرموش العين يمكنك المداومة على نفس العلاج مع عدم ترك الزيت اكثر من نصف ساعة . تزيه وذكى الله - ارممت الحيط : دللى الكوع جيدا بفرشاه ثم ضعى كريم « ايت اور » - لتقشف الشفاء استعمال نفس الكريم على الشفاء قبل النوم .

س . ح . بور سعيد :

نشكرك على خطابك - اخصائية اردن سترسل لك الارشادات اللازمة .

مشتركة - بيروت لبنان :

ان ظهور الحبوب عند حلول الدور ظاهرة طبيعية - يمكنك المداومة على ما اوصى به الطبيب - بخصوص بشرتك ننصح باستعمال « كريم كلينزنج » للتنظيف و « كريم فيلنسا » كمقو للبشرة .

ايزيس بانوب . شبرا :

يعمل مساج خفيف على المواضع باستعمال « هاندلوسيون » اعرضى نفسك على طبيب اخصائى فى جراحة تجميل

س . ش . س :

تعمل مكدمات يوميا « باى لوسيون » ويوضع كريم للبن قبل النوم - استعملى « ايت اور كريم » مقوى ومغذى للرموش يوضع على منبت الرموش قبل النوم .

منى اسيوط :

استشيرى اخصائيا بخصوص الرجيم حيث يتوقف ذلك على حالتك الصحية

لاسترداد اللون الحقيقي استعمال كريم ولوسيون منظف للبشرة يوميا - وكريم « انتى براون » مرتين فى الاسبوع . ثم يوضع كريم مغذى ثلاث مرات فى الاسبوع امتنعى عن تناول الدهنيات والبهارات واكثرى من الخضروات والفاكهة - يمكنك الحصول على كريم ستيميولاسين فى شيكوريدل وفى حالة تعذره استعضى عنه بكريم « ايت اور »

خيرية محمد - الاقصر :

راجى عدد مارس

قارئة - ادفو :

ننصح باستعمال « سوذنج لوسيون » بعد ازالة الشعر - اما اذا استمرت الحال كما هي فامتنعى عن ازالته لشدة حساسية الجلد ولشعر السيقان والايدي اتبعى الطريقة العادية او استعملى كريم « سليك »

هدام فخرى - عطبرة :

لعلاج « حب الشباب » ننصح باستعمال منظف للبشرة يوميا « ميلكى كلينزور » ثم تربت البشرة خفيفا بقطعة قطن مبللة « سيوت بروف لوسيون » ثم يوضع « سوذنج كريم » قبل النوم ننصح بالقيام بتمرينات رياضية مناسبة بعد استشارة اخصائى



ابتسام عبد الحميد :

تلبد الشال التريكو نتيجة قاطعة لعدم اتباع الخطوات الصحيحة فى الغسل والانهاء . او انك نشرته فى جو بارد جدا او استعملت الصابون بكية كبيرة او كان الماء ساخنا . وتلبد الصوف ظاهرا مع الاسف لا يمكن علاجها ولا يمكن اعادة الفتلة الملبدة الى اصلها .

م . ن :

اذا اردت ان تتلقى دروس التدبير المنزلى عمليا فانصحك بأن تتلقى بقسم الجامعة الشعبية التابعة لوزارة المعارف فى البلد الذى تقيمى فيه فسوف تتلقى هذه الدروس عمليا على يد اخصائيات وموعد الالتحاق بها فى اوائل العام الدراسى .

وما دمت من قارئات بنت النيل المستديمت فاصناف الطهى المنشورة بها تغنيك عن أى كتاب .

هند - بالفيوم :

انظرى رد سؤالك الخاص بتنظيف الزهربات الفخار فى صفحة « بنت النيل فى شئون منزلك » فى هذا العدد - مارس سنة ١٩٥٤

حرم بطرس مسعد :

نشرنا لك فى عدد فبراير بلوذة تريكو وأوضحنا طريقة عمل الغرزة وكذلك فى هذا العدد ، واننا ننشر اعمال التريكو تباعا فانلقى منها

حرم ح . ح :

ناسف لعدم وجود رسومات مكبرة لما تطلبن .

ع . ي . بالروضة :

بهتان الألوان على بعضها لا يمكن علاجه . واحترسى من الوقوع فى مثل هذه الاخطاء مرة أخرى ، واتبعى الطريقة الصحيحة فى الغسل والانهاء . ونحن على استعداد دائما الى ارشادك عن الطريقة الصحيحة لغسل وكى كل ما تريد غسله من الملابس الثمينة .

فائزة - بميت غمر :

اشتركى فى مجلة بنت النيل فهى خير من يؤهلك لان تكونى ربة منزل ناجحة واجمعى اعدادها وجربى اصناف الطهى التى تنشر فى صفحة شئون المطبخ . ونحن على استعداد بموافاتك عن طريقة أى صنف ترغيبينه .

ما يروق لك .

القارئة س . هوله - بالعدوة منياوية :

رغم أنى سبق أن نشرت طريقة عمل البسبوسة ، ولكنى أعدت نشرها لك فى هذا العدد - مارس - فى صفحة شئون المطبخ .

قارئة دائمة :

سنوافيك بما ترغبن قريبا ان شاء الله .

قارئة من قارئات بنت النيل :

١ - الكازوزة لا يمكن عملها بالمنازل لانها تحتاج الى آلات خاصة فى العمل والنعية .

٢ - رائحة تخمر الاشياء المصنوعة من الخميرة البيرة رائحة خاصة هى نفس رائحة الخميرة بل أقوى .

٣ - عمل الشيكولاتة سبق نشره فى أحد أعداد المجلة السابقة .

٤ - شراب اللوز من الذ انواع الشربات وأفيدها وسنشر طريقة عمله ان شاء الله فى فصل الصيف (البقية ص ٧٠)

وزارة الصحة العمومية

مستشفى الامراض التناسلية بالقاهرة

تقبل عطاءات مكتب السيد مدير مستشفى الامراض التناسلية والجلدية بشارع قدري باشا رقم ٢٢ بالسيدة زينب بالقاهرة لغاية الساعة ١٢ ظهر ٢٤/٤/١٩٥٤ لتوريد الاغذية اللازمة للمستشفى لعام ١٩٥٥/٥٤ وتطلب القوائم من المستشفى على ورقة دمفة فئة خمسين مليما وثمن القائمة ١٥٠ مليما يضاف الى ذلك ٣٠ مليما اجرة البريد .

٧٢٩١

وزارة الصحة العمومية

تفتيش صحة مديرية قنا

تقبل عطاءات بتفتيش صحة المديرية لغاية الساعة ١٢ ظهر يوم ٢٧/٤/١٩٥٤ من توريد الاغذية اللازمة لعام ١٩٥٥/٥٤ لوحدة الوزارة بنواحي قنا - نجع حمادى - دشنا - قوص - الاقصر - اسنا - ارمنت . ويمكن الحصول على قائمة المناقصة من الوحدات نفسها مقابل مبلغ مائة وخمسين مليما للقائمة يضاف اليه ثلاثون مليما اجرة البريد .

وتقدم الطلبات على ورقة تمفة فئة الخمسين مليما ٧٢٩٢

امتحنى معلوماتك

التاريخية

الاجابة الصحيحة

« انظرى ص ١١ »

١ - الحاكم بأمر الله

٢ - ست الملك

٣ - الشدة العظمى

٤ - قائم الزمان

٥ - بدر الجمالي



حبال وأطفال

منذ أن تزوجت كمال ، بل ولم تتصور ان تباعد عنه ابدا . ولكن لعل هذا هو سبب ضيق كمال بها وهربه من المنزل باجمعه . لماذا لاتستريح هي الاخرى في اجازة تقضيها ببيت اهلها . ومسحت صفية دموعها مرة ثانية . ثم اخذت تربت على ظهر طفلها بيدها وعقلها يفكر في اشياء كثيرة وذهنها وقد اختلطت به الامور حتى اصبح لا يدري اين المصير . .

وفي نوبة من الحماس نهضت صفية ووضعت بعض الملابس في حقيبة ثم ضمت طفلها لصدرها وخرجت مسرعة من المنزل لتستقل اول سيارة الى منزل اهلها .

واستقبلها الجميع بالترحاب . وعاشت بين حنان امها وعطف ابيها وفرح اخواتها بابنها الصغير وبابتسامته البريئة . ومرة ايام . وتلاها غيرها وهي لاتسمع خبرا عن كمال . . . كيف يعيش ؟ ومن الذي يحضر له طعامه ، وثيابه . . ويرتب له فراشه ولكن ، لماذا لم يسأل عنها كمال ؟ وهل استغنى عنها وعن ابنه ؟ لقد كان يداعبه ساعات طويلة بلا ملل . . . ويضحك ويصنفق كلما ابتسم له الصغير ثم تغير كمال بعد ذلك واصبح يرفض حمل ابنه . وادعى أنه لا يعرف كيف يحمل الاطفال ، بل واصبح يستاء كلما اخبرته عن شيء يتصل بالطفل الصغير . ثم اخذ في السهر خارج المنزل حتى سحابة متأخرة من الليل . اما هي - صفية - فقد كان ابنها هو كل حياتها . . . تحمله معظم ساعات النهار وتجلس بجانب فراشه تغني له وتهدهده ، واذا بكى تأتي بالحركات المضحكة والاصوات

نظرت صفية الى ابنها في حب وحنان ، وهي تحمله بين ذراعيها ، وتساقطت دموعها الجارية على الصغير فمسحتها بظهر يدها ، ثم سارت ببطة حتى تضع الصغير في فراشه . وتلفتت صفية في أنحاء الردهة وبين الحجرات التي يرفرف عليها سكون هادئ حزين . . . وتعجبت لما أصاب أحوال كمال - زوجها - من التغير في الايام الاخيرة . . . فقد أصبح لا يعود للمنزل الا مع نسيمات الفجر الندية أو قبل ذلك بقليل ، وكلما عاتبته على وحدتها القاسية ثار واتهمها بانها تريد سجنه بجانبها في المنزل ليلا ونهارا .

ونظرت صفية مرة ثانية الى ابنها ثم الى الحجرات الساكنة ، ودلفت الى حجرة النوم حيث وضعت الصغير في الفراش ثم نامت بجانبه واحكمت الغطاء من حولهما . وتناولت صفية ثديها وناولته الى الطفل الذي امسك به بين شفتيه في لهفة واخذ يمتص غذاءه بنهم . . .

ولكن كيف بدأ الامر ؟ وانها تتصور تلك الايام السعيدة التي خطبت فيها لكمال ، ثم ايام الزواج الاولى حينما انتقلت لهذا المنزل وعاشت فيه مع زوجها لا يشاركهما الا التفاهم ، والحب والسعادة . ولكنها الان لم تعد تحتل حياتها مع هذا الزوج الذي لا يبقى في منزله الا للاكل او النوم والذي نسي زوجة وابنا لهما عليه حقوق . وكلما خاطبته في الامر ثار وصاح قائلا . . .

- انا حر . . . اذا كان البيت لا يعجبك اتركه . . . تتركه . . . ؟ ! ان صفية لم تترك منزلها يوما واحدا

مجهول لا تدري مبعثه وتشوقت صفية الى زوجها والى حديثه العذب ومعاملته الرقيقة ، بل والى صياحه وقسوته . . . والى كل تلك الاشياء المألوفة منه . . . ولكن هاهي الايام تمر ولم يحضر كمال . .

واصبحت امها تنظر لها بقلق وهي باكية العين قليلة الاكل . . . تنظر بلهفة الى باب المنزل كلما طرقة طارق ، وتتسمع لكل من يتحدث في

التليفون لعله يكون كمال . اما ابوها فكان يغمرها بعطفه وبهدايا الكثرة وبعض الكلمات الجوفاء التي لا معنى لها . . . كل ذلك وهو يداعب صغيرها . . . ويحنو عليه . .

وابتسمت صفية وهي تفكر في معاملة امها لابنها وهما في هذه السن المتقدمة

انها تبحث له عن ملابس وتساعد في ارتدائها ، تذكره بمواعيده في الخارج ، تضع له طعامه بيدها في طبقه وتحثه على اكله اكثر

الغريبة حتى يبتسم . لقد اصبح ابنها اغلى شيء في حياتها واول ماتعنى به قبل منزلها وطعامها بل وقبل كمال . . زوجها . ولكن هل هي تحب كمال اكثر ام تحب طفلها ؟

ان هذه المسألة لم تبلور في ذهنها بهذا الوضوح قبل اليوم ولم تناقشها بينها وبين نفسها ، فهي تحب ابنها وتحب زوجها ولا تتصور حياتها بدون احدهما . . .

ولكن . . . لماذا يستاء كمال كلما رأى عنايتها الكبيرة بابنها . . . لقد كان يقول دائما . . .

- ان هذه العناية الكبيرة ستجعله ينمو مرفها رقيقا لا يحتمل الحياة . . . وكان كمال يردد ايضا . . .

- كل ساعة ابنك . . . ابنك . . . اليس لك عمل خلافه . . . ؟

وضمت صفية ابنها الى صدرها بقوة قد لا يحتملها الصغير ، وشملها جنين طاغ

وما تفعل مع اولادها الصغار ان امها تعامل اباهما وكأنه واحد من ابنائها .. حتى وهو فى هذه السن الكبيرة ! وزادت ابتسامه صفية اتساعا وهى تتذكر تلك الكلمات التى ترددها امها دائما .. - ان الرجال كالاطفال الصغار ويجب معاملتهم على هذا الاساس .. او وهى تقول .. - ان الرجل يتزوج ويترك اهله فيجب على زوجته ان تكون اخته الحانية واخاه المخلص وامه العظوفة .. انهم فى حاجة الى الحنان والرفقة مثل الاطفال تماما . ورجعت صفية الى ذاكرتها والى معاملتها لكمال .. انها لم تفكر ابدا فى معاملته بمثل هذه الطريقة التى تتبعها امها . انها تعرف ان لها ابنا

واحدا هو الذى تجبرعايته والحنو عليه وهو ذلك الذى تضمه بين ذراعيها .. ومرت الصور متلاحقة متتابعة على شاشة عقلها .. حياتها السعيدة مع كمال . ابنها الصغير .. استياء كمال من عنايتها الزائدة بابنها ، تدمره من اهمالها للمنزل ورعايتها للطفل .. ثم سهره خارج المنزل ... وابتدأت الصور تتضح امام ناظري صفية واستقرت الامور فى ذهنها وقد فهمت تماما مايجب عليها عمله . وامسكت من فورها بالتليفون تخاطب كمال وتسأله عن شئونه واحواله ، اما هو فقدسألها بلهفة عن مينعاد رجوعها للمنزل فاخبرته انهاستعود فى نفس اليوم .

وضمت صفية ابنها الى صدرها ثم قبلته بين عينيها وهى تضغطه فى قوة لم يحتملها الصغير فبكى وصاح بصوت مرتفع .. وتلملمت صفية فى فراشها ثم فتحت عينيها واجالتهما فيما حولها لتجد نفسها بجوار ابنها - فى الفراش - فى منزلها الصغير .. لقد نامت صفية

وهى ترقد ابنها وكان كل مامر بها مجرد حلم سريع . وعادت صفية تعطى ثديها لابنها ليلتهمه بين شفثيه الصغيرتين فى نهم ، بينما عقلها يفكر فى كل مامربها . فى امها .. ومعاملتها لابنها . وفى ابنها الصغير .. وفى زوجها الذى اهملته كثيرا لفرحها باول ابن لها ، .. واسترجعت احداث ذلك الحلم مرارا ثم انتهت الى قرار .. انها ستبقى متيقظة فى هذه الليلة حتى يرجع كمال من سهره .. وحتى تعتنى به وتحيطه بحبها وحنانها .. ستعامله منذ اليوم معاملة مثلى لن تجعله يسهر خارج المنزل ابدا .. ستعامله على انه .. ابنها الكبير .

محمود خربك

شركة اخوان جعفر تقدم فى دورها الفخمة أفئوى الأفلام الممتازة

سينما
مميزة بتكييف الهواء
٧٧٥٦١ : ٤٦

فيلم الفامرات والبطولة
الزهد
الاسود
تمثيل
هارى كوبر
بربارا ستانويك



سينما
مميزة بتكييف الهواء
٧٧٢٤٩ : ٨

فيلم المرح
امانة
غرامية
تمثيل
ميجورى بيك . اودرى هيبورت



باب كلمات في المصري ... ولكن أهم انباء اليوم كانت تصريح الرئيس محمد نجيب عن عدم تقدم السيدات المضربات بمطالبهن رسميا . وقد سارعت المضربات باعداد مذكرة رسمية قانونية بمطالبهن وتولت بعض المؤيدات تسليمها الى الرئاسة والمسنولين جاء فيها : ان المضربات يطالبن بحقوق المرأة الدستورية كاملة غير منقوصة وبضرورة تمثيلها في الجمعية التأسيسية حتى تتاح لها الفرصة في مناقشة الدستور الذي سيحكم به المصريون جميعا نساء ورجالا .

كان هذا اليوم وهو السادس في الاضراب هو المرحلة الفاصلة الى تقرير مكان المضربات من الاستشهاد . فقد دخلت صحتهن جميعا في مرحلة الاعماء والهبوط وفي الصباح حضر السيد محافظ القاهرة الأستاذ محمود نور يصحبه طبيب المحافظة لتوقيع الكشف على المضربات لتحديد المسئولية . وخرج الطبيب من حجرة المضربات متجههم الوجهه يهز يديه في يأس وتعلقت انظار الصحفيين تترقب التقرير الطبي الذي جاء مفصلا حالة كل مضربة وكان في مجموعه يحدد الخطر

اعلان - مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس بلدى شربين حتى ظهر الخميس ١٥ ابريل سنة ١٩٥٤ عن توريد سيارة كسح حسب المواصفات الموجودة بالمجلس . وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دفعة ثلثة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ١٠٠ مليم للنسخة وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائي قدره ٠/٠٢ من قيمته لا يلتفت اليه . ٧٣٢٥

وزارة الاشغال العمومية

تفتيش عام ضبط النيل

يقبل تفتيش عام ضبط النيل بشارع صفية زغلول رقم ١ عطاءات لعملية انشاء مجموعة من الابار لعق لا يزيد عن ثلاثين مترا في مواقع قريبة من كفر خضر غربية وكفر رمادة قليوبية لغاية يوم الاثنين ١٢ ابريل سنة ١٩٥٤ طبقا للشروط والمواصفات التي تباع بمخازن التفتيش بسعر ٢٥٠ مليما للنسخة بناء على طلب مدموغ من فئة الخمسين مليما ويضاف الى الثمن خمسون مليما لمن يطلبها بالبريد . وكل عطاء غير مصحوب بتأمين مؤقت كامل قدره ٠/٠٢ من قيمته الاجمالية سيكون عرضة للاغفال . ٧٣٢٨

الذي يتهدد ارواحهن . ويشير الى ضرورة نقل حالتين منهما فورا الى المستشفى . ووقفت الدكتورة درية وستة من زميلاتهما يودعن نقالة الاسعاف وهي تحمل السيدتين منيرة جسنى وسعاد فهمى وهما اشبه بالجثث الهامدة . ومن بين زوار هذا اليوم السيد نقيب المحامين السوريين الذي قال انه فخور بهؤلاء المكافحات .

اليوم هو السابع في الاضراب وقد بات معلوما ان صحة المضربات الباقيات في دار النقابة تسير بسرعة الى الفناء وقد بكر وكيل المحافظة ووكيل الحكماء والطبيب واخذوا في محاولة نقل السيدات الى المستشفى ثم اتصلوا بالسيد المحافظ ورجوه سرعة الحضور لخطورة الحالة . فأسرع المحافظ بالحضور وصنم على نقل اثنتين من المضربات ولكنهما اصرتا على البقاء مع زميلاتهما فاضطرت الدكتورة درية الى قبول الانتقال معهما الى المستشفى . وفي الحال احضرت عربات الاسعاف لتحمل الاجساد المرهقة الهزيلة . وشهدت صالة نقابة الصحفيين ازوج مشهد ووقفت الجماهير على الجانبين تودع هذه الامثلة الحية لكفاح البشرية في سبيل الحرية والحقوق . وفي مستشفى القصر العيني وقف المحافظ يتلقى تقرير الدكتور ابوخطوة مدير القسم وهو يؤكد له عدم استطاعة المستشفى تحمل مسئولية بقاء هؤلاء المضربات على اضرابهن اربعا وعشرين ساعة اخرى . ومرت الدقائق رهيبية على المحافظ الذي وجد نفسه في هذا الموقف الرهيب بين انسانيته وواجبه . فقد كانت ارواح تسع من مواطناته بين اليأس والرجاء . وبعد ساعات قليلة عاد الى المستشفى يحمل الى المضربات رسالة شقوية من رئيس الجمهورية . ولكن الدكتورة درية شقيق صارحته بانها لا تقبل كلاما شفويا . فجلس يخط الرسالة الرسمية التي يحملها بخطه ويوقعها بامضائه . وكانت الرسالة هي : (كلفني السيد الرئيس محمد نجيب ان ابلفنكم بان مطالبكم قد وصلت واحيلت الى اللجنة المختصة بالنظر في تكوين الجمعية التأسيسية للنظر فيها وحقوقكم في ايد امينة) ولم يعد هناك مجال للشك بان الرسالة المقدسة التي حملتها على كاهلها قد ابلغت بعد ان شهد الله والوطنكم بذلن في سبيلها مالا تقوى عليه غير نفوس قوية مؤمنة . وهكذا ترسم المرأة دائما ومشد الخليفة طريق النضال امام الاجيال شاء الرجال ان يعترفوا ام لم يشاءوا . س . و .

بريد بنت النيل

(بقية المنشور على ص ٦٧)

قارئة - بينى سويل :

لا توجد كتب مطبوعة لهذه الرسومات بل جميعها من تصميم بنت النيل فتتبعي قراءة المجلة كل شهر تجدى في مجموعات كل ما ترغبين .

و . م . ا . :

سبق الرد على سؤالك الخاص باستفهامك عن منافع الطقم التواليت الاورجندى المكون من السبع قطع ويمكنك الانتفاع به في أشياء كثيرة فافرشى القطع الصغيرة فوق منضدة التواليت تحت علب البودرة وزجاجات الكولونيا والروائح . وافرشى القطع الكبيرة فوق الكومودينو والشفونير في حجرة نومك .

٢ - كيس الحلوى . عبارة عن كيس من القماش مفصل على شكل القوطاس وبه خيطة من الجنب ويمكنك ان تصنعيه بنفسك أو شراؤه من محلات الادوات المنزلية .

مشتركة ببنت النيل وثانية قارئة : من جهة رغبتك في نشر طريقة عمل بعض غرور البوردريه فسنتجهد في اجابة رغبتك قريبا ان شاء الله **زهود - هيت غمر :** سنجيبك الى رغبتك قريبا ان شاء الله .

آمنة و . م . ا . :

اتى تطريز مفارش اطقم التواليت الاورجندى الذي بدأت في عمله في المدرسة لانه ينفع في حالات متعددة في تزيين المنزل فتستعمل هذه القطع في تزيين ارفف التواليت والكوميدينو في حجرة نومك أو تزين بها مناخذ الصالون بوضع كل قطعة تحت الزهرية أو الطقوقة وهكذا . ٩ .

١ - لتغطية الجزء العلوى في مكتبك المصنوع من الزجاج اعمل له ستائر صغيرة «بريزير» يستحسن ان تكون من الماركيزت البيج ليتشى مع اى لون من ألوان الخشب أو الحوائط أو السجاد في الغرفة . وهذه لا تحتاج الى مهارة في التفصيل بل خذى قطعة القماش حسب طول لوح الزجاج المسراد تغطيته مع زيادة ٢ س م اسفل واعلى لثنايا : ثم ثنى الاحرف بعرض ٢ س م وتركب في ماسورة خاصة بذلك ويكشكش عرض القماش حتى يصل لمساحة عرض لوح الزجاج المطلوب ثم سلب الماسورة اعلى أو اسفل الدولاب .

آمنة فـ - و - بالجيزة :

ليست جميع القارئات متمرعات في التفصيل مثلك . لذلك تراعين دائما وضع باترون للفستان الذى ينشر كلما أمكن ذلك لتتمكن جميع القارئات من تنفيذه .

٢ - الاصناف التى تشرح في صفحة شئون المطبخ يراعى فيها دائما التنوع فبعضها ممتاز وبعضها بسيط حتى تتشى مع ميول ورغبات القارئات ولا يمكن أن تقتصر على اختيار الاصناف البسيطة دائما . ٣ - كلمة : مكور معناها طهى الحضار مع اللحم والبصل والطماطم في وقت واحد على نار هادئة وهي ما يعرفه بعض الناس بكلمة « خضار باليخنى » وهي أقصد طريقة في طهى الحضار .

٤ - لم أذكر لك استعمال اللحم في طهى الحضر المكورة في بعض الاحيان وقلت لك في الملاحظة الموجودة بصفحة المطبخ انى تعمدت ذلك مراعاة للاقتصاد وان تستعمل بهريز العظم في طهى الحضر المكورة بدلا من اللحم في الايام التى ترغبين فيها الاقتصاد .

٥ - مسقعة القلقاس : مثل مسقعة الباذنجان تماما . وفيها يقطع القلقاس الى حلقات وبعد غسله وتنظيفه يحمى في السمن ثم يكمل طهيه كما في مسقعة الباذنجان ٦ - حاولى انت تكبير الرسمة التى اخترتها للعمل عليها .

م . ج . ا - بالمحلة الكبرى :

اخترى اى رسمة من الرسومات التى تنشر بالمجلة ثم كونى منها رسمة تصلح للشال الاسود من حيث الشكل والوضع . أما الالوان التى تستغلين بها هذه الرسمة فمتوقفة على سلامة ذوقك وسيكون اختيارك للالوان سهلا ما دمت ترغبين شغله بالوان الزهور الطبيعية : وان اللون الاسود تتماشى معه ألوان كثيرة مثل الاحمر ، والاخضر ، والذهبي ، والبنفسجى والاصفر : فقط كونى دقيقة في ملاحظة وضع كل لون بجانب الاخر وملاءمته له .

مشتركة بالمجان : شبرا :

١ - فطيرة الزبدة سبق أن نشرتها في اعداد كثيرة فارجعى الى الاعداد الموجودة عندك .

٢ - اخشى أن يكون لون الخيط الاحمر المكلف به البلوفر غير ثابت فيبهت بالغسل ويفسد البلوفر . لذا أنصحك بغسله كله في البنزين مع ملاحظة ان يكون الغسل في مكان طلق الهواء بعيد عن اى لهب أو حرارة حتى لا يشتعل البنزين فاحذرى ذلك .

شركة مصر للغزل والنسيج

مصانفها بالمحلة الكبرى

تنج

جميع أصناف المنسوجات
للستات والرجال
بها تشكيلة كبيرة من
الرسومات الحديثة
ذات الألوان الثابتة

فامات
دابولانات
طبوعات عربية وإيطالية



توجد في جميع المحلات التجارية

شركة جهودناحية

في أكثر من ٦٠ عامًا

سيحباة

معدن ممتاز

أكل ما وصلت اليه صناعة السجائر المصرية

إنتاج

شركة جهودناحية



فلتر بالفل



فلتر أبيض



سادة

صناعة مصرية

